

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

Franciele Silvestre Gallina

**ALQUIMIA DO SER:  
PROCESSOS EDUCATIVOS ESTÉTICOS EM BUSCA  
DO EQUILÍBRIO BIOPSICOESPIRITUAL**

Passo Fundo  
2012

Franciele Silvestre Gallina

ALQUIMIA DO SER:  
PROCESSOS EDUCATIVOS ESTÉTICOS EM BUSCA  
DO EQUILÍBRIO BIOPSICOESPIRITUAL

Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação em Educação da Faculdade de Educação da Universidade de Passo Fundo, como requisito para obtenção do grau de mestre em Educação, sob a orientação da Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Graciela René Ormezzano.

Passo Fundo  
2012

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos, mesmo àqueles que na ausência do corpo físico conseguiram me ouvir na voz do vento e me afagar com os braços da alma.

Gostaria que soubessem a importância das vezes em que me aqueceram, nos instantes em que sentia frio, me alimentaram, quando o corpo se sentia fraco, iluminaram o meu caminho, quando eu não sabia para onde ir e me fizeram levantar, enquanto eu insistia em cair, reunindo as partes perdidas de mim.

Nessa teia de infinitas sensações em que até mesmo a força oculta me põe em movimento, não vivo sequer um segundo de tormento, pois lhes trago em forma de pensar e sentimento.

De todos os momentos vividos, busco decifrar os seus sentidos, rumo ao infinito e a bosques desconhecidos, pois sei que esse é o lugar onde novamente iremos nos encontrar.

Conseguindo lhes abraçar, a verdade irei contar: Se hoje estou aqui a dissertar é porque durante a vida vocês me possibilitaram sonhar!

## RESUMO

A área temática deste estudo consistiu na observação das transformações vividas numa oficina de educação estética desenvolvida com um grupo de mulheres que buscavam um autoconhecimento que as auxiliasse na tomada de decisões. Vinculado à linha de pesquisa Processos Educativos e Linguagem, teve como problemática a seguinte questão: qual a significação de uma oficina de educação estética baseada na antropologia essencial? Seu objetivo geral foi responder a esse questionamento, por meio da ação de investigar tal significação com um grupo de mulheres em busca do equilíbrio biopsicoespiritual. Como objetivos específicos, definiram-se: estudar a teoria de Jean-Yves Leloup proposta na obra *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial* (1998), considerando, também, a *Fenomenologia da percepção* de Merleau-Ponty (1999), bem como de demais autores; observar o universo da corporeidade numa tríade de escuta das partes do corpo, dos pontos de vista físico, mental e espiritual; e desenvolver atividades estéticas apoiadas teoricamente na antropologia essencial para compreender as transformações pessoais e grupais das participantes da oficina de educação estética. Os instrumentos foram constituídos pelas observações registradas no diário de campo da pesquisadora e pelos depoimentos escritos pelas participantes. Na compreensão das informações, utilizou-se o método fenomenológico proposto por Giorgi (1985) e Comiotto (apud ORMEZZANO; TORRES, 2003). Da aplicação do método emergiram as seguintes essências e dimensões: 1) O ser que sente e cuida: autoconhecimento e o cuidado do ser; O cuidado do outro e do universo; As emoções e os sentimentos do ser; 2) O ser que transforma: vivências educativas sensíveis e inteligíveis; O sentido da vida cotidiana; A busca da consciência; 3) O ser que transcende: o encontro do sagrado na educação; Campo energético e vibracional; Linguagem simbólica: *Mythos* e *Logos*.

**Palavras-chave:** Arte. Educação estética. Antropologia essencial. Equilíbrio biopsicoespiritual.

## ABSTRACT

The theme area of this study consisted in the observation of transformations experienced in an esthetic education workshop developed with a group of women searching for self-knowledge to help them in the decision-making process. Linked with the Educative Processes and Language research, the problematic was represented by the following question: what is the meaning of an esthetic education workshop based on essential anthropology? The objective was to answer to this question by investigating such meaning with a group of women searching for bio-psycho-spiritual balance. Through specific goals, it was defined: to study the theory of Jean-Yves Leloup proposed in the work *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial* (1998) (The body and its symbols: an essential anthropology), also considering Merlau-Ponty theory in *Fenomenologia da percepção* (1999) (Phenomenology of perception), as well as from other authors; to observe the universe of embodiment in a triad of listening to body parts, from the physical, mental, and spiritual point of view; and to develop esthetic activities theoretically supported by essential anthropology to comprehend the personal and group transformations of the participants of the esthetics education workshop. The instruments were made from observations registered in the field diary of the researcher and from participants written testimonials. To understand the information, a phenomenological method proposed by Giorgi (1985) and Comiotto (apud ORMEZZANO; TORRES, 2003) was used. From the method application the following essences and dimensions emerged: 1) The individual who feels and cares: self knowledge and care; Care for others and the Universe; Emotions and feelings of the individual; 2) The individual who transforms: intelligible and sensitive educative experiences; The meaning of everyday life; The search for conscience; 3) The individual who transcends: where sacred meets education; Vibrational and energetic field; Symbolic language: *Mythos* and *Logos*.

**Keywords:** Art. Esthetic education. Essential anthropology. Bio-psycho-spiritual balance.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO (CONHEÇA A TI MESMO)</b> .....	6
<b>1 A ARTE DE SE CONHECER</b> .....	15
1.1 O feminino na vida adulta jovem e média.....	15
1.2 Consciência de si, do outro e do universo .....	23
1.3 Educação estética: histórico, linguagem e sentido.....	29
1.4 O corpo simbólico .....	34
<b>2 OFICINA DE EDUCAÇÃO ESTÉTICA</b> .....	42
2.1 Campo e sujeitos da pesquisa.....	42
2.2 Programa da oficina .....	44
2.3 Relato dos encontros da oficina de educação estética.....	50
<b>3 DINÂMICAS DO SER</b> .....	90
3.1 O ser que sente e cuida.....	92
3.1.1 Autoconhecimento e cuidado do ser .....	92
3.1.2 O cuidado do outro e do universo .....	96
3.1.3 As emoções e os sentimentos do ser.....	99
3.2 O ser que transforma.....	103
3.2.1 Vivências educativas sensíveis e inteligíveis .....	104
3.2.2 O sentido da vida cotidiana .....	108
3.2.3 A busca da consciência.....	111
3.3 O ser que transcende .....	115
3.3.1 O encontro do sagrado na educação .....	115
3.3.2 Campo energético e vibracional .....	118
3.3.3 Linguagem simbólica: <i>Mythos</i> e <i>Logos</i> .....	122
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	129
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	132
<b>APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO</b> .....	138
<b>ANEXO A – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP)</b> .....	140

## **INTRODUÇÃO (CONHEÇA A TI MESMO)**

Não sei, exatamente, quantos anos eu tinha, mas, vasculhando os arquivos de minha memória, o holograma mais antigo que surge em minha mente pode ser traduzido em vários tipos de estratégias textuais. Porém, utilizarei a palavra para expressá-lo: numa imagem muito nítida, vejo-me sentada no paralelepípedo da rua onde vivi durante toda minha infância. Lá estava eu, envolta pela natureza, acariciando um cachorro de rua, conversando com ele, tentando entender o que se passava, sozinho, expressão triste. Logo, lembrei das inúmeras pessoas que cruzaram meu caminho carregando essa mesma expressão. Se me concentrar, a lembrança me faz sentir um nó na garganta, um aperto no peito, enfim, uma série de sensações físicas e emocionais é acionada. Cada vez que abro as gavetas onde se encontram meus arquivos pessoais, meu ser vai sendo inundado por um misto de curiosidade e euforia, com uma pitada de coragem.

A prática de vasculhar tais arquivos possibilitou-me navegar pelo desconhecido. Talvez por esse motivo, durante anos, tenha tentado me sentir pertencente a este mundo, firmar meus pés na terra. Na verdade, porém, ao caminhar pelas ruas da cidade, viajava em minha imaginação, que me permitia criar, ser eu mesma, sem medos, vergonha ou culpa. Quando ouvia o som dos passos firmes, dos passos incertos das pessoas que cruzavam por mim na rua, num instante eu estava lá... Lá onde tudo acontece.

A buzina dos carros transformando-se em trombetas, anunciando o início de uma nova era, que transcende. O ar que respiro já não é mais tão abafado como o da cidade, sinto o vento das montanhas, o cheiro do verde. As pessoas que passam por mim são guerreiras, assim como eu, e guardam os portões da eternidade. As crianças brincam, os mais velhos contam histórias, que ainda permanecem vivas em sua memória. Tudo é alquimia, uma arte que procura descobrir o elixir da vida! Pais ensinam e acompanham seus filhos, os filhos admiram seus pais. Aprendem como lutar, lutando. Conhecem desde cedo seus instintos, seus sentidos. Sentem quando é chegada a hora. Não sei ao certo se neste momento estou aqui, ou se estou lá; sinto que o corpo teima em ficar aqui, a alma insiste em permanecer lá, e nesse emaranhado de emoções e pensamentos meu espírito trabalha para o momento em que os dois deverão se encontrar. Aí reside a conquista, o resultado de uma busca

incessante que sempre me acompanhou. A vontade de conhecer a mim mesma. Uma busca constante do “secreto Eu”.

Nessa batalha, agarrei-me aos instrumentos de defesa e ataque; segurei com força meu escudo e com firmeza, minha espada. Como no poema “Sentinela”, de Zauza (1984, p. 15). Nos *Cânticos de amor à vida*, tento traduzir minha jornada:

Sou poeta. Sou cantor.  
Canto a vida. Canto a morte,  
Canto a alegria, canto a dor,  
A tristeza, o azar, a sorte.

Não há força que me cale,  
Nada que me ponha medo.  
Subo ao monte, desço ao vale,  
Atento, no trabalho ou no brinquedo.

Não me assombra a morte,  
Tão pouco temo a vida.  
Zombo do azar, desprezo a sorte.  
Só ao amor dou guarida.

Sou cidadão do Universo  
Não me apego a este mundo  
Como espada, tenho verso,  
Como escudo, amor profundo.

Navegando em minha imaginação, sinto-me livre, até que a realidade me acorda. Deparo-me com os limites de um corpo físico, de uma sociedade, de uma cultura. Porém, os símbolos, os signos, a bagagem que trago comigo não me deixam esquecer que é possível viajar, sonhar e, principalmente, acreditar que corpo, mente e espírito, sendo educados em equilíbrio, podem fazer a diferença no mundo em que vivemos.

No decorrer de minha formação acadêmica inicial em Educação Artística: Habilitação em Artes Plásticas – LP, tentei materializar os símbolos que inconscientemente despertavam alguma reação em mim. Não sabia ao certo por que os fazia; à medida que buscava um significado, entendia que eu estava exteriorizando o interno, estava dando forma à dor, à alegria, a emoções e sentimentos. Não estava construindo apenas uma obra plástica, mas manifestando uma expressão de minha alma.



Uma alma como milhares, que despertam ao amanhecer na busca incansável da realização do verdadeiro papel que devem desempenhar nesta terra e que, frente aos desafios do dia a dia, não perdem a determinação no ideal de transformar o mundo de forma digna e com uma sensibilidade reconfortadora. Em busca de um caminho onde a educação permita ao ser humano sonhar, sentir, realizar e conhecer-se em primeiro lugar é que escolhi este tema para sobre ele dissertar.

Gennari (1997), numa abordagem sobre a caminhada histórica da educação estética, mostra que antigamente a palavra “estética” vinculava-se ao belo. Algum tempo depois, passou a ser entendida como percepção. Hoje, está relacionada a processos de sociabilidade. Nesse sentido, como posso conceituar o belo, o perceptível e o social? Popularmente, costumamos afirmar que “a beleza está nos olhos de quem vê”. Também podemos dizer que “está no coração de quem sente”. Ou que o belo “é um estado de espírito”. Considerando tais frases, parece-me pertinente um diálogo com os sentidos, inerentes aos processos educativos estéticos. O ser humano vive uma busca incessante pelo prazer, pela satisfação, pela realização, procurando tudo isso em diferentes fontes: no outro, na gastronomia, nas drogas, nos bens, na aparência, enfim, numa série de vias. Muitas vezes, porém, o faz sem ter consciência de que está realizando escolhas, escolhas que interferem em sua formação humana. Entretanto, nos dias atuais, o consumo inconsciente impera. Como podemos, então, sentir e compreender a “beleza da vida” em um cenário de alienação?

De acordo com Mosquera, entre algumas das características do sujeito moderno estão a competição, a ansiedade, a frustração, a solidão... Acrescenta o autor que homem e mulher parecem estar subordinados à tecnologia, porém, à medida que esta passar a cumprir o seu papel, os seres humanos terão que encontrar conteúdos espirituais que preencham o vazio de dias e noites. “Em um período destes a sociedade e [a] cultura se encontram dentro de um clima de impotência cujas alternativas mais evidentes são a alienação e a fraqueza” (MOSQUERA, 1978, p. 150).

Na condição de pesquisadora, acredito, ainda hoje, na validade dessa afirmação feita há mais de trinta anos, pois tive a possibilidade de compreender tais considerações a partir do contato com o público com quem desenvolvi oficinas na área de educação estética em diversos espaços de sociabilidade, como: Programa de execução de medidas socioeducativas com adolescentes em conflito com a lei em

regime aberto, liberdade assistida e prestação de serviço à comunidade; Centro de Atendimento Socioeducativo a adolescentes que cumprem medidas tomadas pela justiça em regime fechado; e com mulheres usuárias do Centro de Atenção Psicossocial para saúde mental. No decorrer desse processo, pude entender a importância da Educação Estética para compreensão das transformações dos sujeitos estudados, ao mesmo tempo em que consegui apreender as modificações que me levavam da condição de pesquisadora cotidiana para a de pesquisadora científica.

Em meio a esse processo, descobri que meu ingresso no mundo da estética teve início anterior às atividades acadêmicas, relações que somente fui capaz de perceber a partir do casamento entre teorias e práticas. Assim, tentarei trazer ao diálogo outras atividades desenvolvidas por mim em espaços dedicados à beleza feminina, onde o conceito estético está associado, na maioria das vezes, à aparência física somente.

Minha mãe, proprietária de um centro de estética e de uma loja de confecções femininas, ainda em minha infância, apresentou-me o universo da beleza. Muitos anos se passaram; cresci, aprendi e desenvolvi habilidades que me possibilitam atuar, até os dias atuais, nesse mercado.

Nessas experiências, conheci mulheres que chegavam até meu trabalho na expectativa de modificar algo externo em si, buscando transformações capilares, faciais, corporais, enfim, uma série de modificações relacionadas à aparência física. Muitas delas buscavam (in)conscientemente tais modificações. Como salienta Kaplan: “Em certas épocas da vida, a cliente busca no profissional da estética muito mais do que um tratamento embelezador: ela deseja se sentir acolhida, conversar e relaxar na companhia de quem confie” (2011, p. 144). Atenta a essa questão, sempre procurei desempenhar um papel que as incentivasse a sair da posição defronte ao espelho para mergulharem em si mesmas, identificando nesse público a necessidade de um despertar da consciência na busca de um equilíbrio biopsicoespiritual por meio da educação estética. Refiro-me, aqui, à *aisthesis*, que em grego indica a capacidade primordial do ser humano de sentir a si próprio e ao mundo num todo integrado, relacionado, no qual se reconhece como parte de uma totalidade, mas, também, como a totalidade, valorizando o afetivo, o racional, o sensível e o intuitivo (GENNARI, 1997).

Após algumas conversas com essas mulheres, percebi que as transformações corporais ficavam em segundo plano, ou, quando a ideia se sustentava, essa havia passado por um processo de conscientização. A estética não estava somente relacionada à beleza, como também ao sentir, sentir a si mesmas, principalmente.

Pensando a respeito de tal observação, compreendi que, além da ampliação do conceito de estética para o de educação estética por meio de conversas, atividades desenvolvidas na prática também seriam fundamentais para compreensão das transformações pessoais e grupais das participantes. Partindo desse pressuposto, convidei para essas ações oito mulheres, adultas jovens e médias, residentes em Passo Fundo, com idade entre 29 e 55 anos, de diferentes níveis sociais, estados civis e profissões, que demonstraram em conversas informais no centro de estética estarem cansadas de perseguir os padrões propostos pela sociedade, dos estereótipos de beleza física ao conhecimento intelectual. A escolha deu-se porque nelas percebi um desejo profundo de viverem um processo transformador, o que se confirmou com sua resposta ao convite, demonstrando muita satisfação. São pessoas que, a partir dessa experiência, buscam despertar em si mesmas um estado de consciência, procurando trabalhar a valorização dos sentimentos e das emoções para alcançar o equilíbrio corpo-mente-espírito.

Nesse sentido, questiono-me se a educação estética possibilita o autoconhecimento e se as pessoas que a vivenciam valorizam mais suas relações no mundo atual, demonstrando essa condição por meio da expressão das emoções, da construção de uma racionalidade, para que se possam pensar caminhos e organizar a experiência pessoal, estabelecer metas, estar integradas ao ambiente e encontrar formas dentro desse ambiente de satisfazer os desejos e alcançar um sentimento de gratificação não só por estarem vivas, mas, sobretudo, pela vida que nos foi concedida. Por esse motivo, o principal questionamento da pesquisa é: qual a significação de uma oficina de educação estética baseada na antropologia essencial, para um grupo de mulheres que buscam um equilíbrio biopsicoespiritual?

Como objetivo geral, defini responder ao questionamento acima por meio da ação de investigar tal significação com um grupo de mulheres em busca do equilíbrio biopsicoespiritual. Como objetivos específicos, propus: estudar a teoria de Jean-Yves Leloup exposta na obra *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial* (1998), considerando também os estudos de Merleau-Ponty na *Fenomenologia da*

*percepção* (1999), bem como de outros autores; observar o universo da corporeidade numa tríade de escuta das partes do corpo, dos pontos de vista físico, mental e espiritual; e desenvolver atividades estéticas apoiadas teoricamente na antropologia essencial para compreender as transformações pessoais e grupais das participantes da oficina de educação estética.

Justifico esse trabalho por reunir – e refletir sobre – um conjunto de técnicas que visam à harmonização psíquica, física e energética, gerando educação integral. Dessa forma, o estudo envolve quatro áreas do conhecimento: educação estética, ética, biopsicologia e arte.

Compreendo que, no contexto atual, a maioria das famílias, das escolas, enfim, a esfera social da qual fazemos parte desconsidera a educação estética, não a tendo como central para a formação do sujeito. A mensagem estética é desvalorizada em detrimento da instrução científica, ou estabelece-se de forma acessória a um campo de especialização. A formação humana é muito delicada e exige que sejam trabalhados os valores, ausentes muitas vezes no ambiente em que o sujeito está inserido. Por isso, questões como o resgate da subjetividade, a educação do ser e as relações pessoais foram trabalhadas, a fim de proporcionar às participantes a oportunidade de se autoconhecerem. A ênfase, portanto, esteve no estudo das possibilidades que a educação estética oferece como recurso para a educação, a saúde e a interação social.

Para execução desse trabalho, optei pela pesquisa qualitativa fenomenológica, considerando que se trata de uma investigação centrada na compreensão de vivências ligadas às implicações da formação humana. Na compreensão das informações, empreguei o método fenomenológico proposto por Giorgi (1985), cujo processo compõe-se de quatro etapas: 1) O sentido do todo; 2) As unidades de significado; 3) Transformações das unidades significativas em linguagem psicoeducativa; e 4) Síntese da estrutura de significados. A essas, Comiotto (apud ORMEZZANO; TORRES, 2003) acrescentou uma quinta etapa: Dimensões para atingir as essências fenomenológicas.

Entendo que o método fenomenológico de pesquisa sofre variações, dependendo do pensamento filosófico que o sustenta, ressaltando que esta se trata de uma fenomenologia existencial de cunho antropológico proposta por Merleau-Ponty (1999). Diante disso, precisamos compreender de antemão o que é fenomenologia:

A fenomenologia é o estudo das essências, e todos os problemas, segundo ela, tornam a definir essências: a essência da percepção, a essência da consciência, por exemplo. Mas também a fenomenologia é uma filosofia que substitui as essências na existência e não pensa que se possa compreender o homem e o mundo de outra forma senão a partir de sua “faticidade”. É uma filosofia transcendental que coloca em “suspensão”, para compreendê-las, as afirmações da atitude natural, mas também uma filosofia segundo a qual o mundo está sempre “aí”, antes da reflexão, como uma presença inalienável, cujo esforço está em reencontrar esse contato ingênuo com o mundo para lhe dar enfim um *status* filosófico (MERLEAU-PONTY, 1999, p. 1, grifo nosso).

Pesquisadores empiristas consideram esse tipo de pesquisa como trabalho não concluído, ou ainda por se completar, devido a um recomeçar incessante que recusa cristalizações em sistemas acabados e fechados, caracterizando-se como pesquisa exploratória. Porém, fenomenólogos entendem que o inacabado não constitui sinal de fracasso ou indefinição, mas sim uma maneira de a fenomenologia mostrar-se em sua verdadeira tarefa, visto que parte da compreensão de nosso viver, em vez de definições e conceitos, e ao percebermos novas características do fenômeno, surge para nós uma nova interpretação que levará a outra compreensão.

Masini (1989) chama atenção para o fato de que o método fenomenológico não se limita a uma descrição passiva, sendo simultaneamente tarefa de interpretação, que consiste em pôr descobertos os sentidos menos aparentes, o que o fenômeno tem de fundamental. Essa teoria se estende a Gibbs e Viali (2009), quando citam autores fenomenologistas em seus estudos sobre codificação e categorização temáticas, ressaltando a questão de que, na medida do possível, se pode tentar tirar das informações o que de fato significam, e não impor uma interpretação com base em teorias preexistentes.

Considerando a importância de um foco para se pensar nas informações e suas interpretações, os instrumentos utilizados na pesquisa foram as observações registradas no diário de campo, chamadas por Woods (1987) de notas de campo, que buscaram descrever, com a maior fidelidade possível, o que observava a cada encontro, bem como os depoimentos, escritos em cadernos, das percepções singulares de cada participante da pesquisa, denominado pelo mesmo autor de documentos pessoais. Ressalto que esse recurso possibilitou uma maior expressão singular de significação.

A oficina de educação estética foi realizada em nove encontros de 4 horas cada, totalizando 36 horas, nas terças-feiras à noite, das 19 às 23h. As atividades propostas no campo de ação da pesquisa visavam a proporcionar uma tomada de

consciência de si e o autocontrole das emoções e pensamentos, percebendo seus reflexos na educação para a vida. O desenvolvimento da oficina sustentou-se pela antropologia essencial formulada por Leloup (1998). Em seu livro, intitulado *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial*, o autor percorre o universo da corporeidade lendo-o, sempre, de uma perspectiva trinitária: a somática, a psíquica e a espiritual.

Nas vivências da oficina, assim como no cotidiano, as diferentes estratégias textuais – palavras, imagens, gestos, sons e números – estão conectadas entre si. As manifestações do corpo, da mente e do espírito podem ser consideradas como linguagem expressa por meio de vivências estéticas. Nesse trabalho, a proposta era que corpos aprendessem a lidar com suas emoções, mentes respondessem aos seus impulsos e uma espiritualidade enfraquecida, muitas vezes inexistente, se mostrasse evidente. Atividades simples, como improvisação dramática, desenho, pintura e apreciação musical, possibilitaram às participantes da pesquisa a vivência de uma experiência estética por meio da arte.

Muitas características do paradigma sociocultural simbiossinérgico e o correspondente paradigma educacional inventivo (BERTRAND; VALOIS, 1994) podem ser encontrados aqui. Segundo esse paradigma, a educação não é associada à transmissão de conhecimentos predeterminados, mas à produção de conhecimentos num processo crítico e cooperativo, com ênfase na perspectiva de educação para o desenvolvimento pessoal e social em relação ao ambiente.

A vivência artística em grupos possibilita uma experiência estética, desenvolvendo aspectos subjetivos que favorecem as inter-relações do sujeito social, também como forma de reconciliar conflitos emocionais e facilitar o processo de autoconhecimento. O desenvolvimento da oficina teve como proposta viabilizar que o corpo se utilizasse de técnicas expressivas, possibilitando que vozes silenciadas, muitas vezes, na família ou na comunidade ecoassem, permitindo uma liberdade de expressão como forma de inclusão no desejo de reconhecer os iguais e, desse modo, reconhecer-se, identificar-se.

A noção de igualdade remete para ideia de que cada indivíduo possui um valor intrínseco, igual ao do outro. Por outras palavras, cada pessoa vale o mesmo que uma outra e ninguém é melhor do que ninguém. Nas sociedades industriais, esta concepção de igualdade traduziu-se, na prática, pelo desejo de igualdade e oportunidades, ou seja, pela possibilidade oferecida a todos de ascender ao sucesso social, sucesso que se mede pelo número de degraus percorridos em direção aos estratos superiores da sociedade (BERTRAND; VALOIS, 1994, p. 90).

Nesse sentido, a oficina buscou compreender o sujeito em sua singularidade e levando em consideração o ambiente em que está inserido, trabalhando valores inerentes ao ser humano e outros construídos na esfera social. Em síntese, o ambiente educacional que almejo ver para o futuro permite que sujeito e sociedade cumpram a sua missão: a construção do conhecimento e a formação do ser humano em sua multidimensionalidade: corpo-mente-espírito-sociedade-cultura-natureza.

Esta investigação está constituída de três capítulos. O primeiro trata da “Arte de se conhecer”, abordando temas que fazem parte da revisão de literatura. O segundo capítulo, por sua vez, destina-se a apresentar a oficina de educação estética. Por fim, o terceiro capítulo diz respeito às dinâmicas do ser, compreendendo as essências e dimensões fenomenológicas que emergiram da oficina: “o ser que sente e cuida”, “o ser que transforma” e “o ser que transcende”.

## 1 A ARTE DE SE CONHECER

Este estudo visou a uma revisão bibliográfica que possibilitasse a compreensão do feminino na vida adulta jovem e média; bem como a consciência de si, do outro e do universo; abordando, ainda, a educação estética: histórico, linguagem e sentido, assim como considerações sobre o corpo simbólico.

### 1.1 O feminino na vida adulta jovem e média

Como pesquisadora e, principalmente, como ser humano, entendo que, para falar sobre aspectos da personalidade das participantes da oficina, compreendendos, não poderia me apoiar somente na coleta de informações, mesmo sendo essas consistentes. Então, busquei estabelecer um diálogo com autores que contribuíssem no momento de compreender o significado dessas informações. Sei que essa não é uma tarefa fácil ou trivial, pois se trata de conhecer o outro, o sujeito da pesquisa e entender que este se constitui histórica e socialmente. Foi pensando no universo dessas pesquisadas que se fez evidente a necessidade de uma dedicação especial ao tema da identidade singular e social de mulheres adultas jovens e médias.

Antes de adentrar o universo feminino, é preciso compreender tal conceito interligado ao todo, porque, mais do que mulheres, as participantes da oficina são pessoas, e como considera Mosquera: “Existe a ideia de que tudo aquilo que corresponde a *persona* tem clara verossimilhança no si mesmo” (1978, p. 23). Segundo o autor, pessoa é natureza racional e substância individual; a natureza humana é a forma vital da pessoa. Por esse motivo, a consciência de si mesmo, o conhecimento de si mesmo e o ser si mesmo têm um claro sentido determinatório e esclarecedor de universalização. Seguindo essa mesma linha de pensamento, Hall salienta que “o desenvolvimento insuficiente da *persona* produz uma personalidade que é abertamente vulnerável à rejeição e dano ou de ser arrebatada ou eliminada pelas pessoas com quem se relaciona” (1993, p. 24). Nesse emaranhado delicado, revela-se o ser adulto, composto por valores, atitudes, crenças e intenções, que caracterizam uma das bases estruturais da personalidade humana.



O homem é muito mais significativo e desafiador do que a própria ciência nô-lo apresenta e por isto defini-lo pressupõe um sentido mais profundo, reconhecendo-o nas suas virtualidades inatas e capacidades existenciais. A subjetividade humana é o objetivo mais importante para compreensão das experiências íntimas, valores e expectativas. O ambiente é o marco, mas o homem é a figura e esta é singular, diversificada, única (MOSQUERA, 1978, p. 63).

Sei que o ser humano está em constante formação, e inerente a esse processo está a contínua procura por significado, valores que muitas vezes geram conflitos, quando o sujeito não consegue compreender o sentido de sua vida. Considerando tais aspectos direcionados à história de um adulto jovem (25 a 40 anos de idade), Mosquera (1978) salienta que este se afirma por meio da profissão – que determina a classe de pessoas com as quais temos que conviver na organização social – e do relacionamento afetivo, traduzido no desejo de amor e repercussão sobre a intimidade a ser desenvolvida com um parceiro. Motivado pelo trabalho e pela afirmação na ternura, seu idealismo está na impaciência e no desejo de criar e modificar um mundo. Seus traços característicos são uma grande vitalidade e valorização da individualidade. Para o adulto médio (40 a 65 anos de idade), inaugura-se uma nova fase, de geratividade (continuação da espécie), constituição da família como base do próprio desenvolvimento e na tentativa de educar os mais jovens, sentimento de solidão e questionamento radical da própria história, gerando dúvida existencial. Apesar disso, supõe-se que esse adulto já tenha configurado praticamente seu mapa de vida e age muito mais preso aos padrões de sua geração e obrigações sociais, tendo que lidar com sua autoimagem. Mesmo não tendo trabalhado com mulheres pertencentes à última faixa etária, penso que, para uma melhor compreensão do ciclo vital, cabe citar que, na velhice (a partir dos 65 anos de idade), tem início uma fase caracterizada pela perda acentuada do vigor físico, sendo marcada na nossa cultura pela aposentadoria, a qual representa um declínio de produtividade que acaba por alienar o sujeito, haja vista a cobrança de uma sociedade que prima pela produção, bem como uma mudança nas habilidades sensoriais e motrizes, somada ao drama de lidar com a morte.

As faixas etárias apontadas não são rígidas, servindo somente como tentativa aproximada de enquadrar o desenvolvimento (interação de pessoas) do ser adulto em limites temporais. Assim, entendo necessária a compreensão de que a conquista da maturidade pessoal é gradativa e que cada ser humano tem seu tempo de

desenvolvimento sujeito a uma série de fatores básicos, como afirmação da profissão, vida familiar, relacionamento afetivo, educação, frustrações, perda da capacidade... A vida de cada pessoa é marcada pela trajetória do nascimento à morte, e cada idade é uma tentativa de poder se afirmar em um mundo de constante mudança e desequilíbrio.

Considero que nenhuma etapa da vida é fácil de ser vivida, porém todas fazem parte do desenvolvimento da personalidade. Como assinala Mosquera: “É válido conhecer a criança para melhor conhecer o adulto; conhecer o adulto é básico para entender a criança que cada um leva dentro de si” (1978, p. 201). Outro aspecto importante é que os adultos precisam conhecer melhor seu mundo pessoal, os dramas e conflitos vividos e relacioná-los ao desenvolvimento histórico, que acaba por estabelecer padrões comportamentais da cultura e sociedade em determinados momentos da vida, numa perspectiva de que os sintomas da história nos revelam os sintomas das pessoas. Nessa perspectiva, à medida que o adulto se questiona sobre o significado de sua vida, está, ao mesmo tempo, questionando o sentido da história. Nas palavras do autor, “o homem é capaz de fazer história e a história é verdadeira na medida em que existem homens para narrá-la” (MOSQUERA, 1978, p. 200).

Admitindo que o homem/a mulher constrói história, bem como a história constitui o homem/a mulher e para que possamos compreender que as relações também se dão a partir de gêneros, trago para o diálogo Guacira Lopes Louro, que, dentre outras funções, coordena o Grupo de Estudos de Educação e Relações de Gênero. O gênero na pesquisa é entendido como parte do sujeito, constituindo-o. No nosso caso, portanto, trata-se de pessoas com trajetórias de vida do gênero feminino.

Como assinala Louro (1997), ações isoladas e coletivas dirigidas contra a opressão das mulheres podem ser observadas em diversos momentos da história. Porém, destacam-se, segundo a autora, o ocidente e a virada do século XIX, marcada pelo “sufragismo” (movimento voltado para estender o direito do voto às mulheres), posteriormente conhecido como a “primeira onda” do feminismo, ligeiramente ligado a reivindicações em prol da organização da família, de oportunidade de estudo e acesso a determinadas profissões, relacionadas, sem dúvida, ao interesse de mulheres brancas de classe média.

No final de 1960, dá-se o desdobramento da denominada “segunda onda”, quando o feminismo, além de preocupar-se com as questões políticas e sociais, volta-se para a construção de teorias, travando um embate entre estudiosas e militantes. De um lado, ficam os críticos ou críticas; de outro, o engendrado e problematizado conceito de gênero. É, portanto, nesse contexto de efervescência social e política, por meio de grupos de conscientização, marchas e protestos públicos, bem como de livros, jornais e obras hoje clássicas, que se dá o processo de transformação do movimento feminista. Militantes feministas participam do mundo acadêmico e surgem os *estudos da mulher*, os quais tornam visível aquela que fora ocultada e segregada social e politicamente, aquela que ascende no mercado de trabalho, bem como no lar, em fábricas, na lavoura, na academia... (LOURO, 1997).

No decorrer dessa trajetória histórica, Shirley Nicholson, integrante do movimento feminista desde o final dos anos 60, organizou uma antologia que aborda a essência feminina em todos seus aspectos, reunindo teorias relacionadas não só à conquista de ascensão citada acima, como também ao resgate de um princípio feminino sagrado no universo. Após décadas de estudos, diálogos e publicações nessa área, no ano de 1993, Nicholson apresenta a obra *O novo despertar da deusa: o princípio feminino*, hoje, revelando-nos esse gênero a partir do ponto de vista de diversos autores. Destaco, aqui, o estudo de Beatrice Bruteau, cujo artigo é parte integrante da obra, onde a autora chama nossa atenção para um novo conceito, o “neofeminismo”. Este se trata de uma nova consciência feminina, um movimento para homens e mulheres, cujo objetivo é vencer a alienação interna e social sofrida pelo ser humano em relação a si mesmo, ao outro e ao mundo. E é, principalmente, a separação e o exclusivismo que o neofeminismo rejeita. Agregando-se aos estudos feministas provenientes de movimentos sociais, políticos e econômicos, essa nova consciência exige uma reestruturação de nossa antiga ótica e um novo padrão de visão de mundo, uma integração intelectual/afetiva pertencente a uma realidade holística.

Não é inadequado que existam movimentos sociais, políticos e econômicos como seus componentes mundanos, pois é adequado a essa consciência feminina que expressões encarnadas de seu significado devam estar sempre presentes com sua realidade espiritual; isto é, um e muitos devem permanecer em intercomunhão dinâmica. Mas o neofeminismo é essencialmente um movimento para o estado “ultraconsciente”, caracterizado por “um sentimento de amor transcendental” e “uma aceleração do intelecto” (BRUTEAU, 1993, p. 91).

A consciência neofeminina, segundo as palavras da autora, remete à integração, intuição, levando em consideração as dimensões instintivas, afetivas, racionais e de inteligência, estas duas últimas durante muito tempo direcionadas ao universo masculino e que hoje ganham significado em uma visão integral de não separatividade. Bruteau (1993) também trata do significado básico da feminilidade como sendo o processo que constitui a totalidade. Em sua interpretação do conceito, o feminino é uma união dinâmica do Um e dos Muitos, um processo no qual o Um se torna Muitos e os Muitos são sempre reunidos com e em Um só. Assagioli e Schreiber, cujo estudo igualmente faz parte da obra, sugerem que esse processo está relacionado a uma questão de gênero, quando afirmam que: “Não há, e nem pode haver, uma psicossíntese geral das mulheres ou mesmo dos homens” (1993, p. 142). Num diálogo entre os dois autores, no texto que escrevem em coautoria, Assagioli (1993) diz acreditar na primazia do ser humano (antes do ser homem ou do ser mulher) não condicionado por seu sexo. Revela, ainda, que existe para cada indivíduo uma jornada única e pessoal para a evolução de todas as suas faculdades emocionais, mentais e espirituais, embora cada um, homem e mulher, tenha papéis e funções a cumprir, individual ou socialmente.

Cada um de nós pode igualmente escolher desempenhar diferentes papéis. Por exemplo, uma mulher pode decidir desempenhar o papel de esposa ou de mãe, ou ambos. Ela pode realizar uma atividade criativa, social ou de negócios. Pode escolher um papel, ou pode alternar vários deles, talvez durante o mesmo dia, talvez por períodos mais longos. Esta é a livre escolha de um ser humano. Eu acredito na primazia do ser humano não condicionado por seu sexo (ASSAGIOLI; SCHREIBER, 1993, p. 143).

Embora muitos autores estejam chamando atenção para uma visão integral sobre o ser humano, as supostas diferenças entre homem e mulher se encontram claramente refletidas em nosso ambiente familiar e social. Nesse sentido, é importante percebermos que essas diferenças não existem somente no exterior, mas também em nossa psique, no nosso inconsciente e no inconsciente coletivo da

humanidade. Precisamos reconhecer que ambos os princípios, feminino ou masculino, existem por seus próprios direitos e estão presentes, mesmo que em proporções diferentes, em todo homem e toda mulher.

Na visão de Montgomery (2005), a mulher, ao distanciar-se do modelo de feminilidade de sua mãe, passou a enfrentar um conflito de identidade. A autora nos lembra do estereótipo da mulher feminista antiga como sendo uma mulher vestida de homem, ao qual não se submete, mas se submete a uma ideia, a um ideal, o que a impede, da mesma forma, de ouvir a si mesma ou respeitar-se. Nessa perspectiva, a submissão é um imperativo imposto por ela própria. Isso nos é evidenciando na citação a seguir:

O feminismo da década de 1950 caiu no extremo oposto. A mulher bloqueou seu corpo e seu determinismo biológico para seguir o modelo masculino. Queimou sutiãs, rasgou calcinhas. Negou sua essência e seu instinto. “Travestiu-se”. Resultado: trocou a histeria pela somatização (MONTGOMERY, 2005, p. 45).

Nessa mesma linha, orienta-se a visão de Assagioli (1993), quando argumenta com Schereiber que algumas mulheres vão ao extremo oposto dos estereótipos sociais atuais. Em vez de integrarem suas dimensões femininas e masculinas, acabam por negar virtualmente o feminino em si mesmas. “Uma mulher pode negar papéis femininos tradicionais para provar para os homens que pode desempenhar papéis masculinos” (ASSAGIOLI; SCHREIBER, 1993, p. 145). Essa atitude pode se originar de uma avaliação inconsciente do princípio e do papel masculino como superior ao feminino, embora essa superioridade não exista, pois ambos os princípios e papéis são necessários e de igual valor na constituição do ser humano e da sociedade.

Capra (1998), em estudo sobre valores e atitudes culturais, também mostrou uma visão de não separatividade total, quando tratou de forma ampla a noção de dois polos arquetípicos, base do pensamento oriental, chinês – o *yin* e o *yang*<sup>1</sup> –, que sustentam o ritmo fundamental do universo. Em sua obra, Capra considera a maneira como os filósofos chineses viam a realidade, cuja essência primária chamaram de *tao*<sup>2</sup> – o “caminho”, como um processo de contínuo fluxo e mudança

---

<sup>1</sup> Jung denomina *Yin* (anima) como polo associado ao feminino e *Yang* (animus) ao masculino, a fim de ajustá-los a abordagens psicológicas.

<sup>2</sup> Lao Tsé denomina *Tao* o caminho que conduz ao conhecimento espiritual e à autorrealização (CAPRA, 2006, p. 27).

que tem como característica principal a natureza cíclica de seu movimento incessante. Ele atribui a esses padrões cíclicos uma estrutura definida, mediante a introdução dos opostos *yin e yang*, os dois polos que fixam os limites para os ciclos de mudança. No ocidente, recentemente, esses termos têm se tornado populares, muitas vezes refletindo preconceitos culturais que distorcem seu significado original.

Baseando-se na interpretação de Manfred Porkert, Capra diz que o *yin* corresponde a tudo que é contráctil, receptivo, conservador, cooperativo, intuitivo e sintético, enquanto o *yang* implica tudo que é expansivo, agressivo, exigente, competitivo, racional e analítico. Desde os tempos mais remotos da cultura chinesa, o *yin* está associado ao feminino e o *yang*, ao masculino, porém, o autor considera difícil essa associação nos dias de hoje, devido à reinterpretação e à distorção em subsequentes eras patriarcais:

Em biologia humana, as características masculinas e femininas não estão nitidamente separadas, mas ocorrem em proporções variáveis, em ambos os sexos. Da mesma forma os antigos chineses acreditavam que todas as pessoas, homens ou mulheres, passam por fases *yin e yang*. A personalidade de cada homem e cada mulher não é uma entidade estática, mas um fenômeno dinâmico resultante entre elementos femininos e masculinos. Essa concepção da natureza humana está em contraste flagrante com a nossa cultura patriarcal, que estabeleceu uma ordem rígida em que se supõe que todos os homens são masculinos e todas as mulheres, femininas, e distorceu o significado desses termos ao conferir aos homens os papéis de protagonistas e a maioria dos privilégios da sociedade (CAPRA, 1998, p. 34).

Nesse sentido, os gêneros se produzem, também, nas e pelas relações de poder; afinal, homens e mulheres, por meio das mais diferentes práticas sociais, constituem relações em que há negociações, consentimentos, revoltas, alianças que muitas vezes tenham sofrido manobras de poder homem x mulher, construindo um cenário de diferenças. Tais diferenças acabam por se refletir, igualmente, no âmbito educacional, tendo em vista que somos separados pelas diferenciadas adjetivações desde infância até a vida adulta.

Com base nas características de *yin e yang* citadas anteriormente, é fácil ver que nossa sociedade tem favorecido, sistematicamente, o *yang* em detrimento do *yin*, pois o conhecimento racional prevalece sobre a sabedoria intuitiva, a ciência sobre a religião, a competição sobre a cooperação... Conforme Capra (1998), isso acarretou um profundo desequilíbrio cultural que está na própria raiz de nossa crise atual, um desequilíbrio de pensamentos e sentimentos, valores e atitudes, que

acabam por afetar nossa saúde individual, social e ecológica. A economia de hoje, tanto a capitalista como a comunista, direciona-se, obsessivamente, ao crescimento. Esse crescimento econômico e tecnológico é considerado essencial pelos economistas e políticos, embora esteja claro que expansão ilimitada num meio ambiente finito só pode levar ao desastre. A crença nesse “desenvolvimento” contínuo é uma consequência da excessiva ênfase dada aos valores *yang*.

Pensando a respeito disso, questiono-me: onde estão sendo empregadas as características femininas *yin*, já que a mulher para conquistar espaço na sociedade e se sentir pertencente está adquirindo uma postura *yang*? Ao analisar tal processo e vendo-me diante de um grupo de mulheres que atingiram a ascensão social, que competem no mercado de trabalho, em que algumas sustentam a família e tiveram no seu processo de formação um histórico desenvolvido no contexto citado anteriormente, fazem-se latentes outros questionamentos. Como essas mulheres desenvolvem atividades relacionadas à maternidade, afetividade e intuição que, anteriormente a esse processo, eram “suas por excelência”? Perante uma sociedade alicerçada no consumo exacerbado e muitas vezes inconsciente, onde até mesmo o tempo tem dimensão mercadológica, existe espaço para a mulher ser feminina?

Na busca de compreender meus questionamentos, identifiquei, nos estudos do psicoterapeuta June Singer, características de suas pacientes que se assemelham ao público com o qual desenvolvi a oficina. Segundo o autor, as mulheres com as quais trabalha em terapia atualmente são de jovem e média idade e querem submeter-se à possibilidade de profundas mudanças e transformações em si mesmas. Analisando o universo de suas pacientes, Singer escreveu “A tristeza da mulher bem-sucedida” (1993), artigo em que estão expressos inúmeros conflitos latentes à identidade da mulher adulta de jovem e média idade.

Como apenas a mulher possui a capacidade de gerar um filho no ventre, torna-se uma preocupação antes de tudo feminina criar ou não uma família e quando isso vai acontecer. O relógio biológico da mulher, sua menstruação, a gravidez, a amamentação, um aborto, a menopausa, todas essas experiências ou a ausência delas têm um efeito profundo na sua psique. Nos dias atuais, muitas mulheres estão abrindo mão de seus papéis naturalmente femininos para poderem se sentir pertencentes e estabelecer sua identidade no mundo. Correndo o risco de perder sua feminilidade, fazem quase tudo que os homens fazem e ainda carregam a responsabilidade de cuidar da família. Essa situação se agrava quando elas não

têm ao seu lado um homem que lhes dê apoio prático e emocional. Sem dúvida, esse cenário gera sofrimento.

Essas mulheres recusam a mensagem simbólica de sua depressão, que é um desejo de harmonização dos opostos dentro delas próprias. O modo de vida que escolheram não dá validade ao “*self* feminino”. Por *self* feminino inclui a totalidade das visões conscientes e inconscientes que a mulher tem de si. Essas mulheres sofrem com a recusa ou a impossibilidade de viver com ela. Oscilam entre o desespero e a culpa: desespero de saber que nunca poderão estar completamente seguras num mundo de valores patriarcais; culpa, porque, mesmo que consigam o reconhecimento nesse mundo, uma parte muito importante de seu ser, seu Eros, terá de ser sacrificado no processo (SINGER, 1993, p.137).

Com base nas palavras de Singer, entendo que estamos diante de um problema que afeta todas as pessoas, pois deriva de um padrão inconsciente, arquetípico, vez que todos os seres humanos necessitam da presença de uma figura feminina no decorrer de sua vida, seja no momento da amamentação, da criação, como amiga, parceira, enfim... Como mulher. Precisamos reconhecer a importância do feminino-masculino na constituição da identidade singular e social dos seres humanos.

Diante do exposto, parece-nos inquestionável que a mulher vem conquistando “espaço” em diversas áreas de atuação, de forma incansável. Considerando esse panorama, será que ela consegue encontrar tempo para tomar consciência de si? Compreender que faz parte de um todo? E que é o todo? Essas foram inquietações que me motivaram a percorrer a estrada da consciência humana.

## **1.2 Consciência de si, do outro e do universo**

A educação promove a estruturação de valores nos seres humanos, inerentes ao desenvolvimento social, desempenhando um papel criador e muitas vezes regenerador. Segundo Ormezzano e Gallina (2011), a formação e a transformação humanas requerem não apenas uma expansão de nossas percepções, mas também de nossos valores. Dessa maneira, mostra-se necessária uma mudança na organização social. Um processo educativo bem estruturado é básico na constituição do caráter, no modo como se constitui a mentalidade de uma pessoa; valores éticos, políticos e estéticos são pilares na construção da singularidade do humano.



Numa sociedade em transformação como a nossa, que demonstra a necessidade de se investir na educação para que o ser humano tenha consciência de si, de seus direitos, deveres e das múltiplas possibilidades de sua participação cidadã, destaco a importância desses princípios como eixo condutor na formação humana, porque uma educação pautada por e para a ética, a política, a estética prepara o ser humano para o equilíbrio entre compreender suas vontades singulares e o bom senso no social. Arruda chama nossa atenção para essa questão:

O *outro* não está simplesmente lá, esperando para ser reconhecido pelo sujeito do saber. Ao contrário, o *outro* está lá, ele próprio, enquanto *eu*, com projetos que lhe são próprios, desejos que lhe são próprios, perspectivas que lhe são próprias. Ele é redutível ao que o eu pensa ou sabe sobre ele, mas é precisamente “outro”, irredutível na sua alteridade. Esta não é uma questão menor. Existem muitas formas de envolvimento com o *outro*, e essa diversidade de formas conduz não só a diferentes concepções do próprio *eu*, mas também a diferentes relações entre o *eu* e o *outro* (1998, p. 74).

Considerando o sujeito em sua singularidade e no social, compreendo que a pessoa se constrói, também, na relação com o outro e com o mundo. Daí a importância da família, da sociedade, da natureza e da cultura na formação de um sujeito multidimensional. A família é o grupo necessário para garantir a sobrevivência do ser humano, à qual cabem a produção da força de trabalho, o afeto e a educação, geralmente vista como natural e universal. Porém, na vida de muitos, a família mostra-se desorganizada ou inexistente. “Todo ser humano, concreto de fato, nasce no seio de uma comunidade, de uma família, de uma determinada sociedade situada no tempo e no espaço” (CATÃO, 1995, p. 44).

No momento em que uma criança recém-nascida é colocada nos braços dos pais, em paralelo com a evolução física no decorrer dos dias, meses e anos seguintes, existe o processo que, embora não tão visível nos tempos iniciais, é absolutamente determinante: o trilho que a levará a tomar o seu lugar no mundo. É essa procura que leva o bebê de meses a engatinhar, a criança de três anos a querer comer e tomar banho sozinha, o aluno do primeiro ano a soletrar, o pré-adolescente a formar um grupo de amigos, o adolescente a contestar tudo e todos e o adulto a questionar-se sobre o sentido de sua existência. O desejo de autonomia é uma das grandes características que nos torna humanos, mas é uma via que se faz em dois sentidos: de nós em direção a quem nos rodeia e destes para o nosso interior. De acordo com Lastória, esse movimento parece pertinente:

A constituição da individualidade significa um processo no qual o indivíduo particular vai forjando sua relação consciente com o gênero humano. Esta relação torna-se possível mediante uma postura de adesão autônoma – refletida conscientemente – do indivíduo particular em face do conjunto de valores inerentes ao mundo da cultura, com os quais se contata em seu presente histórico (1995, p. 149).

O tecido social é constituído, também, pela troca de afetos, relações de amizade, opções religiosas que influenciam na construção da identidade do sujeito, e a convivência com os outros lhe proporciona isso. “O homem em harmonia com seu espaço tem necessidade de referências simbolizantes. Para que o corpo encontre um lugar reconhecido, a linguagem deve situar o homem em suas relações com o outro” (PANKOW, 1988, p. 17). Sabemos que existem emoções naturais que representam verdadeiros mecanismos cognitivos e intuitivos e ajudam o organismo na sua sobrevivência pessoal e coletiva.

O ser humano está em constante desenvolvimento, quer no aspecto biológico, psíquico e assim deveria ser no aspecto espiritual. O fortalecimento da espiritualidade, o exercício da religiosidade, aprimora as relações interpessoais que promovem valores éticos e morais. A atenção ao aspecto da espiritualidade se torna cada vez mais necessária na prática de assistência à saúde. Cada vez mais a ciência se curva diante da grandeza e da importância da espiritualidade na dimensão do ser humano. Ser humano é buscar significado em tudo que está em nós e em nossa volta, pois somos seres inacabados por natureza e estamos sempre em busca de nos completar. A transcendência de nossa existência torna-se a essência de nossa vida à medida que esta se aproxima do seu fim (PERES *et al.*, 2007, p. 1).

Pessoas religiosas e/ou aquelas que primam pela dimensão espiritual humana baseiam suas vidas numa realidade de esperança, confiança, seja por meio da meditação ou da oração, da palavra ou do silêncio. Sabemos que as várias tradições religiosas oferecem bases diferentes para a ética e a moral; contudo, todas promovem emoções coletivas, oportunidade de vivenciar paixões em comum, algo próprio da estética, sendo a mística o que une os iniciados (MAFFESOLI, 1995). Nesse sentido, a espiritualidade pode vir a oferecer uma mudança na orientação interna dos seres humanos, ou pode fazer que a experiência mística se transforme em um dos relevantes aspectos do estar junto com outrem.

No decorrer da história, ciência e religião foram vistas como contraditórias. Contudo, como destaca Gallina (2011), a humanidade precisa, urgentemente, de reformas sociais, ecológicas, econômicas, além de uma renovação espiritual, de modo que a sabedoria milenar constante nos livros sagrados das religiões e o

conhecimento da ciência caminhem para um futuro sustentável, no qual o ser possa compreender o sentido e o significado da vida neste planeta. Para isso, a educação necessita abrir espaço para a ampliação da consciência, fazendo interagir áreas do conhecimento hoje fragmentadas, com métodos capazes de estabelecer uma relação indissociável parte-todo capaz de conscientizar o sujeito, fazendo-o reconhecer-se e sentir-se parte do todo e o todo ao mesmo tempo.

Nesse sentir-se, reconhecer-se, relacionar-se, a consciência evolui, transcende. A consciência cósmica<sup>3</sup> dá-se no seu sentido mais profundo, na percepção espiritual através da transcendência pelo sensível, constituindo o campo de experiência do espírito. A esse respeito, Boff escreve:

A espiritualidade é uma nova experiência do ser, o irromper de um novo sonho, o vislumbrar de uma nova ordem, capaz de ordenar o caos que se instalou. É uma experiência de sentido e não de saber codificado. Tudo que tem a ver com a experiência profunda do ser humano, com seu mergulhar nas raízes últimas da realidade, antes que essa se organize em ordem e sistema, em saber e instituição (2005, p. 36).

O espírito é a força criadora e ordenadora presente no ser humano, ressalta ainda Boff, porque entende que é dessa experiência espiritual que nascem os paradigmas civilizacionais capazes de fazer outra história e suscitar a esperança nas pessoas e na sociedade em que vivem. Bárbara Brennan, pesquisadora da NASA, estudou os campos da energia humana e concluiu que a origem das nossas doenças está no campo psicológico:

O retorno à saúde requer um trabalho e uma mudança muito mais pessoais do que a simples ingestão das pílulas prescritas pelo médico. Sem essa mudança pessoal, acabaremos criando outro problema, que nos conduzirá de volta à origem da moléstia. Descobri que a origem é a chave. Para lidar com ela, impõe-se, de ordinário, uma mudança capaz de conduzir finalmente a uma vida pessoal mais ligada ao âmago do nosso ser. Conduz-nos à parte mais profunda de nós mesmos, às vezes denominada o eu superior ou a cetelha da divindade que existe dentro de nós (2006, p. 27).

Avaliando o que ensinam Boff e Brennan, questiono-me sobre o papel da educação nesse processo e compreendo que esta precisaria contribuir mais para uma tomada de consciência e mudança de conduta dos seres humanos. Por isso,

---

<sup>3</sup> Para Wilber: “Quando a consciência transcendental se torna constante e ininterrupta, nos estados de vigília, sonho e sono profundo, os autores passam a chamá-la de consciência cósmica: é a realização permanente do Eu, a Observação (permanência do sujeito)”. (2001, p. 204)

precisamos repensar nossa forma de ser e estar no mundo, pois se faz necessário respeitar o ambiente numa cultura de paz. Estamos perdidos em um labirinto e é urgente que encontremos o caminho que nos leve de volta para casa.

Para isso, além de destacar a importância da consciência de si e do outro, é preciso priorizar a questão ambiental, o significado de uma vida em equilíbrio com o universo. Tal ideia me remete a uma reflexão a respeito da sustentabilidade, o que implica a compreensão das formas de manifestação da natureza, com a qual necessitamos, imperiosamente, ter uma atitude de respeito, gratidão, interação e interconexão. O mundo globalizado configura-se pela crescente urbanização das sociedades, pelo crescimento demográfico, pela expansão das doenças, pelas inúmeras formas de violência e, principalmente, pela destruição da natureza, por mantermos ativa uma cultura extrativista e destrutora, alicerçada no lucro. Por esses motivos, evidencio a importância de estarmos abertos a uma educação que não dissocie o ser humano da natureza; faz-se mister uma mudança de percepção para que, como humanos, sintamo-nos parte da natureza.

Segundo Capra, “a tensão básica é a tensão entre as partes e o todo. A ênfase nas partes tem sido chamada de mecanicista, reducionista ou automística; a ênfase no todo, de holística, orgânica ou ecológica” (2006, p. 33). O autor afirma que a humanidade tem capacidade de atingir o desenvolvimento sustentável, ou seja, de atender às necessidades do presente, e chama-nos a atenção para o problema da crise que pode afetar as futuras gerações. Vivemos uma crise em que o ser humano corre o risco de destruir a si e ao planeta. Os seres vivem um esfacelamento entre pensar e sentir. Estamos em permanente estado de conflito interno e externo. O último século tem sido palco do progresso técnico e científico e de uma busca pelo controle dos eventos naturais que, aceleradamente, estão provocando mudanças sociais. No final do século XX, Crema escreveu:

A cômoda e ingênua crença progressista evidenciou-se insustentável, e mesmo alienante, especialmente quando levamos em conta que, neste mesmo século, a humanidade presenciou, horrorizada e violentada, a duas guerras mundiais – e a terceira é tida praticamente inevitável – certamente por não ter ocorrido uma evolução ética-psíquica-espiritual correspondente. Se o ser humano evoluiu, certamente não é devido a uma mecânica causal e sim por esforços conscientes, dentro de uma perspectiva de ação e responsabilidade. O homo sapiens inaugurou uma nova fase, onde a evolução inconsciente deu passagem à evolução consciente. A evolução humana, portanto é uma evolução da consciência, representando uma árdua conquista em nada parecida com o fruto de um confortável decreto da natureza (1989, p. 24).

A busca desenfreada pelo consumo e pelo “progresso” tem destruído reservas florestais, exterminado dezenas de espécies, envenenado os rios, devastado a atmosfera terrestre e alienado nossas mentes. Precisamos reconhecer que o extermínio do meio ambiente e a decadência da cultura humana caminham de mãos dadas. Destaco, nesse sentido, a urgência de percebermos que nós, seres humanos, somos a natureza e que, enquanto não houver esse despertar, hoje desconhecido ou reprimido, pouco teremos a fazer para conservar o planeta Terra. É evidente que temos um progresso técnico, científico, mas sem um progresso ético-estético e ambiental equivalentes. Ciência, consciência e natureza precisam de um encontro que aponte esperanças para o ser humano, abrangendo desde a proteção dos mais humildes organismos até o reconhecimento sublime do espírito humano. A educação ético-estética, se trabalhada em conjunto no processo, é uma alternativa, pois possibilita que o sujeito busque sua liberdade por meio da consciência. A educação é a ferramenta de que a sociedade dispõe para que se fortifique e se forme essa consciência em meio a um conjunto de regras de conduta julgadas válidas por uma sociedade estruturada no funcionamento de uma ética que nem sempre é compartilhada por todos.

Quem quer que tenha uma consciência bem formada tem chances de agir moralmente bem e de crescer humanamente, de tal maneira que suas ações boas vão constituindo, com intensidade e profundidade cada vez maiores, uma efetiva caminhada no sentido da plena realização de si mesmo. Quem, pelo contrário, por essa ou aquela razão, não segue a consciência tem sempre menor possibilidade de agir bem, podendo chegar até ao ponto de perda de senso moral, agindo por força do impulso ou outro vício qualquer, sempre em contradição com aquilo que todo homem ou mulher sabe ser justo e reto (CATÃO, 1995, p. 97).

A construção do ambiente em que o sujeito está inserido é importante não apenas do ponto de vista emocional e psicológico, mas também para que o aprendizado se efetive e que o sujeito envolvido nesse processo sinta-se livre e seguro nesse ambiente: livre, por agir dentro de limites estabelecidos com sua própria participação; seguro, por saber que seus direitos são reconhecidos e respeitados. Essa liberdade e segurança permitem que as potencialidades do sujeito floresçam, contribuem para que ele descubra o prazer de aprender, na medida em que não teme se expressar, “cometer erros”, fazer perguntas ou tomar iniciativas para agir no mundo em que vive.

Há necessidades básicas humanas que diferem de acordo com os padrões físicos e psíquicos dos seres humanos e, também, com as mudanças socioambientais, de modo que o nível dessas demandas acompanhará a evolução das condições humanas. A Terra não pertence somente às pessoas, mas a todos os seres vivos, e precisamos tomar consciência da sua existência. O ser humano precisa conhecer a natureza não para dominá-la ou dominar os outros seres, mas para conhecer-se a si próprio e ao mundo que habita. Para tal, é preciso compreender o ser humano em sua totalidade, mergulhando na matéria do corpo e na essência da alma. A visão antropológica que move o estudo percebe o ser em sua inteireza, isto é, quando o exterior tem uma ligação simbiótica com o interior. No entanto, nenhuma discussão sobre essa questão estaria completa sem um olhar para os conhecimentos emocionais dos sujeitos. Nessa medida, a experiência estética traz a oportunidade para que estes percebam suas carências, deficiências e necessidades e para que descubram que precisam vencer seus medos e conhecer as ferramentas que lhes permitirão driblar obstáculos rumo a uma tomada de consciência.

### **1.3 Educação estética: histórico, linguagem e sentido**

Compreendo que, quando se acrescenta educação ao conceito de estética, não se pode considerar somente as questões relacionadas ao belo, mas também aos sentimentos, pensamentos e percepções, fazendo-nos percorrer caminhos sensíveis e nos conhecermos como humanos. Na tentativa de situar esse conceito historicamente, dialogo com Gennari (1997), que compreende a formação do ser humano como um ser estético. Comungando com Gennari, Ormezzano (2007) nos apresenta o histórico da educação estética de forma sucinta, porém muito clara, tendo início no Romantismo alemão, embora as relações da estética com os aspectos educacionais do ocidente tenham surgido na tradição arcaica grega, aproximadamente no século 8 a 5 a.C.

Essa trajetória compreende o belo para Platão [428-348 a.C], o qual aponta a boa educação como aquela que oferece toda beleza e perfeição possíveis ao corpo e à alma. O filósofo sugeria, assim, que os jovens fossem educados com estímulos sensoriais benéficos e que essas sensações os levariam a amar o belo e a se harmonizar com ele. Além disso, ao contrário dos objetos materiais apreendidos

pelos sentidos, esclarecia que as ideias somente poderiam ser apreendidas pela razão.

Aristóteles [384-322 a.C], discípulo de Platão, porém com algumas considerações contrárias ao seu pensamento, compreendeu que no conceito de *Katharsis*<sup>4</sup> se esconde um novo significado para arte, baseado na noção de que esta pode originar emoções que se convertem em vida ativa, voltando seus estudos às *práxis* humanas. A tradição romana sucedeu à grega, e o mundo medieval deu continuidade ao estudo da estética, porém à luz da teologia. Santo Agostinho [354-430] admite a subjetividade da sensação estética, sua posição postula uma prioridade do sujeito e de Deus sobre a realidade das coisas (GENNARI, 1997).

Posteriormente, São Tomás de Aquino [1224-1274] apresentaria uma definição de estética que se caracteriza mais pela objetividade da beleza do que pela subjetividade de quem a capta. Para ele, os sentidos que captam o belo de forma desinteressada são o ouvido e a vista, afirmando que o autêntico processo de ensino exige a capacidade de perguntar, ouvir e admirar.

Anotações teóricas de Leonardo da Vinci [1452-1519], compiladas por Francesco Melzi, expressam que o artista tinha uma visão estética na qual a arte voltou a ser vista na perspectiva da alma humana. Ainda na Renascença, Campanella [1568-1639] escreveu “Cidade do sol”, uma cidade socialista utópica onde a educação é pública, as disciplinas são ministradas por especialistas e o ensino é visual. A estética barroca não se apoia em uma única escola, e o ator, dramaturgo e diretor teatral Jean-Baptiste Poquelin [1623-1673] exalta a teatralidade ao falar de arte e educação, efetivando a desapareição da teologia medieval e confirmando a poética fundamentada no conceito de modernidade (ORMEZZANO, 2007).

O final da Idade Moderna configurou-se como o tempo do nascimento de uma primeira filosofia da educação estética. Segundo Gennari (1997), Baumgarten utilizou o termo *aesthetica*<sup>5</sup> pela primeira vez entre 1735 e 1750, ao estudar um sistema de saberes sensitivos e diferentes do lógico, uma zona de conhecimento na qual se inscrevem as contribuições da arte. Identificou um dos princípios fundamentais da estética moderna, afirmando que: “a arte encontra seu objetivo em

---

<sup>4</sup> Existem várias denominações para esse conceito, porém nesta pesquisa está associada à concepção de Platão e trata do entusiasmo provocado por danças ritualísticas, cultos orgiásticos que promovem a cura por meio das emoções.

<sup>5</sup> Termo utilizado por Baumgarten, que mais tarde se trataria da estética.

si mesma” (1997, p. 118). Encaminhou, assim, a investigação kantiana em direção ao sentimento de beleza e do sublime.

No entanto, quem aparece como destaque da educação estética moderna e contemporânea é Kant [1724-1804], com sua obra *Crítica do juízo*, publicada em 1790. Encontrando a relação entre as faculdades humanas conhecer, desejar e sentir, sustenta que o conhecimento do mundo provém de experiência sensível das coisas. É o triunfo da subjetividade, do juízo estético, que não determina o fenômeno, mas o reflete. “O ser humano se prepara par viver sua própria reflexão sobre a beleza e a arte. Nasce o *homem estético*” (GENNARI, 1997, p. 120).

Os românticos interpretaram a estética de Kant desde a perspectiva da subjetividade humana. Pela primeira vez, retoma-se o problema da beleza do ponto de vista da formação humana com Schiller [1759-1805], em *Cartas sobre a educação estética do homem*, nascendo, assim, o conceito de “educação estética”, que vincula a estética kantiana com a filosofia da educação de Rousseau e sua própria ideia de sentimento como condutor do ser humano. A noção schilleriana do estético conduz o ser à liberdade da razão, da moral e da beleza, não diferenciando educação de formação, pois para ela a primeira é um auxílio pedagógico para tornar possível a segunda. Tal ideia é compartilhada por Goethe entre 1749-1832. Entretanto, Hegel [1770-1831] busca a função da arte e o seu lugar no conjunto de nossa vida.

No final do século XIX e início do século XX, acentuaram-se os debates sobre a estética, com Marx, Nietzsche e Freud, fazendo referência a Hegel, ligando arte, sociedade e história com a vontade de poder, a perfeição do ser e a ideia de inconsciente. Os filósofos da Escola de Frankfurt constroem uma estética crítica que possibilite compreender a arte como manifestação da cultura e instrumento pedagógico de transformação social (ORMEZZANO, 2007).

Nessa teia de debates, o pensamento fenomenológico-existencial representado por Nietzsche e outros autores desenvolve teorias ligadas à percepção de algo, à descrição e à interpretação de um fenômeno e à experiência estética, que contribuem com os estudos de Merleau-Ponty (1999) na *Fenomenologia da percepção* a qual trago como corpus teórico do trabalho.

Poderia, aqui, continuar apresentando vários autores relacionados à educação estética atual, porém esse não é o propósito do tema, tendo me reportado



à história para poder introduzir a evolução do conceito de estética para educação estética e sua relação com o fazer artístico.

Ao tratar da temática de como a arte educa, na obra *Fundamentos estéticos da educação*, João Francisco Duarte Júnior esboça algumas palavras sobre o ato da criação:

O homem/mulher utiliza a linguagem para ordenar e significar o mundo, mas ela condiciona sua percepção e seu pensamento. E ainda, construindo a cultura, o homem é por ela constituído. Tal fato ocorre também no domínio artístico: através da arte chegamos a conhecer nossos sentimentos, mas ela amolda-os (educa-os) segundo determinados padrões e códigos simbólicos. Os padrões de nosso sentir são determinados pela nossa época, cultura e, fundamentalmente, pela arte ali produzida. Por ela chegamos a conhecer nossos sentimentos, mas esse conhecimento é regido pelos códigos estéticos vigentes em nosso tempo e nosso meio (2008, p. 106).

De acordo com o que Duarte Júnior menciona, a arte pode vir a fornecer bases em nível de sentimento. E conhecendo a arte e cultura de meu tempo, adquirei os fundamentos que me permitem uma concomitante compreensão do sentido vivido, posso sentir e entender a vida ao longo da história, até os meus dias. Numa sociedade onde cada vez são mais estreitos os espaços destinados à imaginação, onde o racionalismo elegeu o “realismo” como norma de ação, onde até mesmo o prazer precisa ser comprado, a arte pode se constituir num elemento libertador (DUARTE JÚNIOR, 2008). Considerando que na experiência estética a imaginação toma os sentimentos propostos pela obra, amplia-os e combina-os em novas modalidades de sentir, e chamando a atenção para as dimensões educacionais da arte, o autor acaba mostrando aspectos que condizem com o conceito schilleriano de educação estética, que conduz o homem/mulher à liberdade, à beleza e ao desenvolvimento humano:

O desejo do homem/mulher de se desenvolver e se completar indicam [sic] que ele é mais que um indivíduo. Sente que só pode atingir a plenitude se se apoderar das experiências alheias que potencialmente lhe concernem, que poderiam ser dele. E o que o homem/mulher sente como potencialmente seu inclui tudo aquilo de que a humanidade como um todo é capaz. A arte é o meio indispensável para essa união do indivíduo com o todo; reflete a infinita capacidade humana para a associação, para a circulação, experiências e ideias (DUARTE JÚNIOR, 2008, p. 108).

Nesse sentido, inerentes ao processo de desenvolvimento do ser humano estão os processos educativos estéticos, relacionados diretamente à sensibilidade.

Conforme Galeffi, “a sensibilidade é definitivamente uma primeira linguagem: uma origem comum. Sensível é o que é afetado em seu modo de ser e aparecer. Sensível é tudo que pode ser tocado e modificado na sua gênese primordial” (2007, p. 98).

Somos seres sensíveis e a linguagem nos fornece o sistema simbólico básico para que o ser humano se volte sobre suas experiências e as compreenda, atribuindo-lhes significações. Duarte Júnior (2008) corrobora a ideia de Galeffi (2007) no que diz respeito à sensibilidade e destaca a necessidade do retorno ao conhecimento humano que, segundo ele, pode acontecer por meio de dois processos: o *sentimento* (a vivência) e a *simbolização*. A percepção que temos do mundo é construída pela linguagem, e o sentimento significa uma apreensão do mundo ainda não mediatizada nem conceitualizada pela linguagem, significando, também, uma maneira emotiva de relacionamento com o mundo.

Assim, sob a égide do termo sentimento é possível abrigar-se várias significações. Em suas acepções mais usuais o termo pode significar (além de uma apreensão direta e emocional): a condição geral de nossos organismos, como a experienciamos, e ainda a sensibilidade a determinados estímulos. Todas essas significações, de certa forma, subentendem que sentir é uma maneira de experienciar mais global, mais primitiva, e anterior à discursividade da linguagem (DUARTE JÚNIOR, 2008, p. 74).

Entendo que há emoções e sentimentos naturais que representam verdadeiros mecanismos homeostáticos, os quais ajudam o organismo na sua sobrevivência singular e coletiva. Em vista disso, necessitamos de uma educação voltada ao afeto, que facilite o desenvolvimento de vínculos afetivos.

A alegria é uma lição fundamental na escola da existência; a tristeza é uma estratégia saudável no contato com as perdas. Aprender a lidar com a raiva é imprescindível na relação com o mundo. E o medo é outra lição que precisa ser trilhada no confronto com o desconhecido (CREMA, 2008, p. 1).

Tento, com isso, demonstrar que mesmo a linguagem “racional” não pode estar dissociada do sentimento. Portanto, no ato humano de conhecer o mundo, as relações entre sentimentos e símbolos constituem seus processos fundamentais. O ser sensível necessita de uma educação estética, e a arte é um meio propício para a vivência e o reconhecimento de si mesmo e de suas relações no mundo. Como destaca Galeffi (2007), a educação estética é compreendida como atitude sensível

transdisciplinar: o acontecimento da arte de aprender a autoconhecer-se como unidade e alteridade. A sensibilidade, assim, perpassa, transpassa, transcende toda compartimentação e separatividade entre as diversas regiões do ser-vivente. Nesse sentido, a educação estética, a educação do sensível acontece no campo dos afetos e das afecções da alma.

Nas palavras de Merleau-Ponty, na fenomenologia da percepção que nos apresenta há a tarefa de descrever a percepção como campo fundante da consciência de si, do outro e do universo, por um meio sensível a partir do qual se desdobra a existência humana.

Nós estamos no mundo, quer dizer: coisas se desenham, um imenso indivíduo se afirma, cada existência se compreende e compreende as outras. Só se precisa reconhecer estes fenômenos que fundam todas as nossas certezas. A crença em um espírito absoluto ou em um mundo em si separado de nós é apenas uma racionalização desta fé primordial (MERLEAU-PONTY, 1999, p. 548).

Aproximando o sentido de fé à nossa crença acerca do sentido da vida, o transdisciplinar antes citado é próprio do que é primeiro e único, e, por natureza, a sensibilidade é a totalidade da superfície em que existimos corporalmente. Como nos diz Galeffi:

Não há como separar corpo e alma, exceto nas operações descritivas das regiões do ser, isto é, como representação ou abstração deliberada. A alma só é tal em um corpo próprio. O corpo próprio da alma é sempre mais do que apenas um corpo fisicamente concebido (2007, p. 105).

Enfim, meu olhar sobre o corpo engloba suas dimensões física, psíquica e espiritual, considerando o mundo simbólico existente no processo de autoconhecimento.

#### **1.4 O corpo simbólico**

Compreender o simbolismo do corpo é aprender a interpretar as mensagens que esse nos apresenta, muitas vezes de forma inconsciente. Para isso, precisamos desenvolver um olhar e uma escuta interior que levem em consideração as dimensões de um corpo físico-psíquico-espiritual. Falamos de um processo contínuo e interdisciplinar que perpassa todos os ciclos da vida e transita por inúmeras áreas do conhecimento e vivências humanas. É com essa orientação que Leloup, no livro

*O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial*, percorre o universo da corporeidade, dizendo que não podemos separar o que a própria vida uniu: o corporemente-espírito. Assim, esta pesquisa se dirige a mulher em sua inteireza.

Alguns já disseram que o corpo não mente. Mais que isso, ele conta muitas histórias e em cada uma delas há um sentido a descobrir. Como o significado dos acontecimentos, das doenças ou do prazer que anima alguma de suas partes. O corpo é nossa memória mais arcaica. Nele, nada é esquecido. Cada acontecimento vivido, particularmente na primeira infância e também na vida adulta, deixa no corpo sua marca profunda (LELOUP, 1998, p. 133).

O corpo é a condição de sua existência e representa para o ser humano um meio de comunicação; pelas diversas formas de estratégia textual, em especial, nesse contexto, o gesto, podemos expressar a subjetividade, as emoções e até a espiritualidade. Por meio dessa matéria viva que chamamos de “corpo”, é possível estabelecer uma relação com a sensibilidade, capaz de revelar ao sujeito sua posição dentro do mundo e de si mesmo.

Nas vivências do cotidiano, as conexões entre gesto, imagem e formas de ação inventiva ou reprodutiva estão sempre presentes no discurso oral, operatividade plástica e prática e nas vivências estéticas e polêmicas. Pouco se indaga sobre os efeitos não verbais, corporais e imagísticos das aparências e aspectos envolvidos em sua dimensão crítica. Falo na crise que o sensível instaura quando há algo errado para as leituras e feitura do corpo (MEIRA, 2003, p. 69).

O encontro do corpo com a beleza sensível das formas é permitido quando obtemos subsídios básicos para essa aproximação estética. Nas palavras de Schiller, a arte pode ser um dos recursos de expressividade nesta relação, pois, “pela beleza, o homem sensível é conduzido à forma e ao pensamento; pela beleza o homem espiritual é reconduzido à matéria e entregue de volta ao mundo sensível” [1973] (2002, p. 91).

O papel da arte é retirar das sensações existentes no interior do ser humano uma abertura para que a mente e o corpo, em sua totalidade, encontrem a energia que transforma sentimentos e vivências no que podemos chamar de “ato criador”. O artista vale-se do corpo para que o espírito possa se manifestar. Emprestando seu corpo ao mundo, ele o transforma em arte. Mafessoli nos lembra que: “Tal conjunção corpo-espírito já era considerada pelos alquimistas medievais, pois estavam sempre no alçô do espírito da matéria ou empenhando-se em mostrar a materialidade do

espírito” (1998, p. 170). Essa ideia me leva a considerar que o corpo sustenta o gesto do espírito, possibilitando o ato criador, que mostra como o ser humano é construtor ao criar.

Em estudo fenomenológico, Bilbao e Cury (2006) ressaltam o fato de a arte ser composta por símbolos. Dizem as autoras que, para chegar ao sentido interno, é necessário um trabalho de decodificação que possa, com propriedade, estabelecer o sentido interno correspondente ao signo externo, um processo que anule a distância e permita uma correspondência plausível, que seria a interpretação. Segundo elas, emoções e signos não estão dissociados e a necessidade de interpretar decorre da distância entre o fenômeno simbólico e suas raízes emotivas. Nesse sentido, o fenômeno expressivo, a unificação inerente ao fenômeno dispensaria interpretação, pois ela própria fornece a compreensão.

Essa representação interno/externo consiste numa tentativa de tornar visível, de dar forma aos sentimentos de cada um e, por meio das imagens, a realidade revelar-se e tornar-se existência. Segundo Pelizzoli: “A relação primeira do homem ao mundo é um gozar a vida; pela afecção e sensibilidade se constrói a interioridade, a partir de seu espraiar-se do intercâmbio do indivíduo – atração e contração – com o mundo e com as coisas de que ele vive” (1994, p. 72).

Destaco o movimento latente citado acima presente no decorrer do trabalho, tanto na teoria como na prática, instigando-me a dialogar com Arcuri (2004). A autora tece considerações sobre as dimensões “visíveis” e “invisíveis”, mais precisamente sobre o ponto de encontro de ambas, que culmina num domínio de corpo-mente e contribui para a ampliação da consciência. Também chama a atenção para a importância do silêncio interior, que possibilita o processo de criação do novo, caminho que acaba por auxiliar na compreensão do corpo e de seus símbolos. Em sua obra, Arcuri aponta como buscar o silenciar e voltar-se para dentro de si:

Sendo assim, a prática da meditação pode precipitar a liberação do potencial criativo, pois antes da criação, existe a necessidade de um silêncio interior. Não se pode criar o novo se estamos atrelados ao velho. Principalmente no plano mental, os pensamentos precisam ser modificados para possibilitar o processo de criação (2004, p. 32).

Houve, certamente, nessa pesquisa uma preocupação em vivenciar os aspectos teoricamente citados. Por esse motivo, fez-se evidente inserir tal prática

como atividade nos encontros, interligada às técnicas expressivas de respiração, relaxamento, criatividade e autoconhecimento.

O nosso corpo físico, que dança, gesticula, dói, enfim sente, é somente a camada mais densa de nós seres humanos, e como apresenta Arcuri (2004), a pele é o maior órgão do sentido, pois nossas experiências, histórias, memórias estão registradas nela. Segundo a autora, a pele tem a mesma origem embrionária do sistema nervoso, ambos se originam da mais externa das três camadas embriônicas, a *ectoderme*<sup>6</sup>. É como se o sistema nervoso fosse uma parte escondida da pele, ou, ao contrário, a pele é a porção externa do sistema nervoso. Considerando os estudos de Arcuri (2004), a nossa percepção dá-se, também, a partir da pele, assinalando nosso relacionamento sensorial com o mundo exterior. Nessa perspectiva, pessoas que foram privadas de estimulação tátil tornam-se desajeitadas física e emocionalmente, sendo afetadas em nível psicológico e comportamental. Uma forma possível de acesso à leitura do corpo seria por meio de técnicas expressivas.

Nossos encontros foram pautados por essas técnicas. Exercícios de respiração, relaxamento foram parte integrante no processo de autoconhecimento. Assinalo a respiração como uma das funções mais importantes do nosso organismo desde o momento em que nascemos até a morte, estando intimamente ligada ao nosso estado emocional. Acessamos certos níveis de nosso ser tornando nossa respiração consciente; podemos controlar a agitação, a ansiedade, quando nos deparamos com situações difíceis que nos remetem ao medo e, automaticamente, o fluxo respiratório é alterado.

Prestar a atenção na respiração é imprescindível ao relaxamento e esse, necessário para redimensionar o seu olhar para o ser e estar no mundo e compreender o estado interior. A atenção ao corpo físico é de suma importância, pois é ele o veículo que tornará possível a viagem para o mais profundo de nosso ser. Cada passo nessa viagem tem que ser ajustado às necessidades singulares, porém muitas pessoas chegam à vida adulta sem conhecer algumas informações básicas a respeito de seu corpo e de sua mente.

Sabendo que nosso corpo físico é dirigido por um complexo de sistemas que se inter-relacionam e, como já mencionei, é a camada mais densa, para que

---

<sup>6</sup> Camada externa ou tecido embrionário.

possamos nos desenvolver nas outras camadas mais sutis, precisamos mantê-lo sadio. Nesse sentido, é muito importante que pratiquemos atividades em que o corpo e a mente trabalhem juntos, intensificando a comunicação entre o cérebro e o resto do corpo. O autoconhecimento começa, também, na percepção e no cuidado com nossa porção física.

Atividades como *asanas*<sup>7</sup>, associadas a outras práticas, possibilitam que o corpo físico se torne base firme para uma mente equilibrada. A oficina propiciou exercícios básicos para que as integrantes pudessem efetuar-las com maior eficácia e, assim, no decorrer dos encontros, aprender a perceber as mensagens do corpo e da mente.

Considero igualmente relevante trazer para esse cenário o significado de “energia”, o domínio do espírito muitas vezes desconsiderado pelo pensamento científico ocidental. Para contribuir com a introdução dessa expressão em nosso diálogo, busco Brennan, que assinala algumas expressões possíveis para comunicar experiências relacionadas às sensações vivenciadas, como “vibrações, bênçãos, sensações...”. Essas expressões têm realidade quando vivenciadas nos campos de energia. A ciência moderna diz que o organismo humano não é apenas uma estrutura física feita de moléculas, mas que, como tudo o mais, somos também compostos de campos de energia (BRENNAN, 2006, p. 39).

Em sua obra, a autora nos mostra que a visão científica da realidade sustenta a ideia de que nesse universo todas as coisas estão interligadas, o que corresponde a uma experiência holística do real. Recapitulando um pouco da história humana, comenta sobre a física newtoniana, que define o universo como constituído de objetos sólidos, a qual foi advogada por Isaac Newton e seus colegas no fim do século XVII e estendeu-se ao século XIX.

A partir desse século, descobriram-se novos fenômenos físicos, que não poderiam ser descritos pela física de Newton. Nesse contexto, Brennan (2006) cita Faraday e Maxwell, que, com a Teoria de Campo, introduzem o conceito de um universo cheio de campos criadores de forças que interagem umas com as outras. A autora apresenta, também, a Teoria da Relatividade de Albert Einstein, na qual o espaço não é tridimensional e o tempo não é uma entidade separada, ligando intimamente essas duas instâncias. Não se trata de invalidar a experiência

---

<sup>7</sup> Palavra sânscrita utilizada para definir as posturas realizadas na prática de yoga, consistem em exercícios psicofísicos que atuam tanto na camada mais densa quanto nas mais sutis do ser.

newtoniana, mas de compreender que existe outra experiência fora do sistema newtoniano. Outra implicação importante da relatividade de Einstein considerada por Brennan é a compreensão de que matéria e energia são intercambiáveis. A massa nada mais é do que uma forma de energia. A matéria é simplesmente a energia desacelerada ou cristalizada. Assim, conseqüentemente, nossos corpos são energia.

A maneira que penetramos mais profundamente a matéria, a natureza não nos mostra “blocos básicos de construção” isolados, como dava a entender a física de Newton. A busca de blocos básicos de construção teve que ser abandonada quando os físicos encontraram tantas partículas elementares que dificilmente poderiam chamar-se elementares. Por experiências realizadas nos últimos decênios, verificaram os físicos que a matéria é completamente mutável e que, no nível subatômico, ela não existe em lugares definidos, mas mostra “tendências” para existir. Todas partículas podem ser transmutadas em outras partículas. Podem ser criadas a partir da energia e transmutadas em outras partículas. Elas podem ser criadas a partir da energia e dissipar-se em energia. Não podemos determinar com exatidão onde e quando isso acontece, mas sabemos que acontece continuamente (BRENNAN, 2006, p. 47).

No nível pessoal, à medida que penetramos num mundo de desenvolvimento espiritual, encontramos dentro de nós capacidades muito mais amplas, podendo cair num dualismo. Porém, na visão da autora, essa é uma maneira de nos empurrar para a unidade onde todas as experiências estão interligadas e interdependentes do tempo. Afirma ela que: “A percepção holística estará fora do tempo linear e do espaço tridimensional e, por conseguinte, não será reconhecida com facilidade” (2006, p. 49) Precisamos praticar essa experiência para reconhecê-la. Tanto Arcuri (2004) como Brennan (2006) consideram a meditação um dos meios de extrapolar os limites da mente e que esta permite a coerência de todas as coisas, tornando-se uma realidade experiencial.

Brennan (2006) nos diz que o campo de energia humana é a manifestação da energia universal intimamente envolvida na vida do indivíduo e pode ser descrito como um corpo luminoso que cerca o corpo físico e o penetra, emite sua radiação, característica própria, sendo habitualmente denominado “aura”<sup>8</sup>. A aura pode ser dividida em várias camadas sucessivas, as quais se compõem, uma a uma, de substâncias mais finas e de “vibrações” mais altas à medida que se afastam de seu corpo físico.

---

<sup>8</sup> Campo de energia eletromagnética resultante da vibração dos átomos, envolve os seres humanos, animais, vegetais, minerais e objetos.



Sua teoria compreende que o ser humano é constituído de oito corpos com diversos tipos de energia, da mais densa à mais sutil: o corpo físico propriamente dito; o corpo etérico, com vibrações que atingem o metabolismo; o corpo emocional, onde agem os sentimentos; o corpo mental, que desafia os padrões de pensamento; o corpo astral, que oferece a aceitação dos outros; o corpo etérico padrão, no qual coincidem a vontade pessoal e a divina; o corpo celestial, onde se assenta o amor universal; e o corpo ketérico padrão, onde o sistema de crenças é trazido à consciência. A autora também nos apresenta os sete principais chakras<sup>9</sup> e sua importância relacionada ao fluxo de energia no organismo, porque quanto mais energia deixarmos fluir, mais sadios seremos (BRENNAN, 2006). Citarei cada chakra e suas funções no relato dos encontros da oficina.

Para melhor compreensão das considerações traçadas acima, podemos nos utilizar de um exemplo citado pela autora, ao fazer uma analogia entre a vela e sua chama e o processo de nos fundirmos com as coisas, como uma maneira de descrever a experiência de uma percepção ampliada. Segundo ela, nosso corpo (cera e o pavio) é dotado de consciência (o fogo), de modo que, quando ingressamos num estado de consciência ampliada, vemos-nos também como a luz que vem da chama. Diante disso, surge a questão: onde começa a luz e onde termina a chama? Parece haver ali uma linha divisória, mas onde está ela quando olhamos mais de perto? A chama é completamente penetrada pela luz que provém da vela, e aí já não conseguimos identificar onde começa a luz do ambiente e termina a luz da vela. De acordo com a física e com os estudos da autora, não há limite, pois quanto mais se amplia a consciência, mais se amplia a percepção sensorial.

As ideias de Leloup (1998), Arcuri (2004) e Brennan (2006) cobrem quando compreendem o ser humano em sua totalidade. Precisamos, então, ter uma visão ampliada e não fragmentada da multidimensionalidade do ser. Sem uma integração real no tempo-espaço vivencial, base para o equilíbrio de todos os corpos mencionados, das relações afetivas, singulares ou sociais, o que poderia aperfeiçoar nossa consciência e nos harmonizar em todos os aspectos da realidade – a educação, que poderia nos auxiliar nesse processo de humanização – pode perder, em parte, o sentido. Foi, portanto, pensando na possibilidade de a educação revelar

---

<sup>9</sup> Canais do corpo humano por onde circula a energia vital, também definidos como centros de energia sutil corporal.

seu significado que decidi desenvolver processos educativos estéticos com mulheres adultas jovens e médias em forma de oficina.

## 2 OFICINA DE EDUCAÇÃO ESTÉTICA

Esta pesquisa teve início pela construção do *corpus* teórico, que acompanhou todo o processo, seguida pela formação do grupo de mulheres, com a elaboração e realização da oficina de educação estética, para coleta e compreensão das informações que serão reveladas no terceiro capítulo.

### 2.1 Campo e sujeitos da pesquisa

O campo de ação da pesquisa foi um centro de estética situado na cidade de Passo Fundo, onde três salas foram disponibilizadas para realização dos encontros. Na primeira sala, localizada no primeiro piso, foram desenvolvidas atividades relacionadas à anamnese física. A segunda sala, disposta em três patamares de escada, possibilitou o desenvolvimento de algumas ações, dando acesso a uma terceira sala, no segundo piso, onde as atividades relacionadas à anamnese psicológica e espiritual ou simbólica foram desenvolvidas.

Uma vez que as suas características gerais já foram mencionadas introdução (p. 11), a seguir, faço uma descrição sintética das participantes da oficina, usando como pseudônimos nomes de Deusas da mitologia grega, pois, segundo Hall, para a teoria junguiana essas são projeções do arquétipo feminino. Isso se deve ao fato de o autor considerar o mito como uma verdade profunda de nossa mente, quando diz: “A mitologia, o folclore e a religião são os repertórios de imagens significativas” (1993, p. 95), que foram suficientemente expressivas a uma longa sucessão de pessoas para serem transmitidas durante extensos períodos de tempo e inseridas nas tradições escritas, que podem ser ampliadas significativamente com associações arquetípicas.

A deusa é um arquétipo da psique humana, embora a desprezemos e reprimamos ou neguemos exteriormente a sua existência. Desde os primórdios da nossa civilização, ela se revela a nós em desenhos rupestres e em esculturas primitivas, nas grandes mitologias, manifestando-se na nossa cultura atual sob os mais diversos disfarces. Ela faz parte do tecido do nosso ser, com o qual toda humanidade tem de se relacionar interiormente se desejarmos ter em nossas almas um equilíbrio de base (MCLEAN, 1992, p. 7).

A mitologia é introduzida à pesquisa na tentativa de nos ajudar a compreender as entrevistadas em sua inteireza. Como assinala Neumann:

Os elementos estruturais do inconsciente coletivo recebem de Jung a denominação de “arquétipos” ou “imagens primordiais”. São as formas pictóricas dos instintos, uma vez que o inconsciente se revela à mente consciente em imagens que, tal como nos sonhos e fantasias, dão início ao processo de reação e assimilação conscientes (1995, p.13).

Em vista disso, não há como desenvolver uma oficina de antropologia essencial dissociando consciente-inconsciente, após compreender o que para Jung é evidentemente claro:

Para benefício do equilíbrio mental e mesmo da saúde fisiológica, o consciente e o inconsciente devem estar completamente interligados, a fim de que possam se mover em linhas paralelas. Se se separam um do outro ou se “dissociam”, ocorrem distúrbios psicológicos. Neste particular, os símbolos oníricos são os mensageiros indispensáveis da parte instintiva da mente humana para sua parte racional, e a sua interpretação enriqueça a pobreza da nossa consciência fazendo-a compreender, novamente, a esquecida linguagem dos instintos (2002, p. 52).

Nesse mesma linha, Bernardo (2011) nos remete ao fato de que, para tomarmos consciência de algo, é preciso que o transformemos em imagem e que nos relacionemos com a sua dimensão simbólica. Toda imagem é simbólica e todo símbolo é medidor de polaridades, pois, dentro do referencial da Psicologia Analítica, este consiste em uma criação conjunta entre consciência e inconsciente. Assim, encontramos na mitologia o relacionamento entre opostos, como expressa a autora:

O símbolo é a linguagem falada pela alma (psique) e é, também, a linguagem pela qual os contos, os mitos e as artes se articulam (e todas as formas de arte podem ser vistas como discurso da alma, apontando caminhos possíveis para sua integração à totalidade da vida). É por isso que os recursos arteterapêuticos podem proporcionar uma situação em que é possível essa aproximação entre as disposições conscientes e inconscientes, criando uma terceira dimensão que as integra, colocando-as em relação, o que gera criatividade, aprendizagem, crescimento, vitalidade, apaixonamento pela vida... (BERNARDO, 2011, p. 27).

Vivências mediadas por recursos artísticos possibilitam uma conexão entre o cérebro e o coração, revelando singularidades no universo coletivo. Compreendo que para algo ser assimilado pela consciência é necessário que referenciais anteriores sejam revistos, abrindo espaço ao novo, culminando em aprendizado e ampliação da consciência. Portanto, o que determinou a escolha de tais pseudônimos foram as singularidades reveladas pelas participantes no grupo e

relacionadas à compreensão de Mclean (1992) sobre o arquetípico feminino das deusas gregas.

**(Afrodite):** 41 anos, casada há 10 anos, empresária, católica não praticante, sensual e sensível.

**(Arteêmis):** 48 anos, solteira, professora de educação especial, católica não praticante, perseverante, obstinada e independente.

**(Atena):** 30 anos, solteira, advogada, católica não praticante, sempre muito discreta, prática e segura.

**(Deméter):** 55 anos, casada há 30 anos, contadora, católica não praticante, amável e protetora.

**(Gaia):** 29 anos, solteira, formada em comércio exterior, católica não praticante, séria e muito corajosa.

**(Hera):** 43 anos, separada, pedagoga, católica, dedicada, fiel e companheira.

**(Héstia):** 55 anos, casada há 32 anos, artista plástica, católica não praticante, carinhosa, sempre muito doce e voltada ao lar.

**(Perssefone):** 34 anos, solteira, formada em direito, porém trabalha com turismo, católica, desconfiada, ora menina, ora mulher.

As qualidades singulares citadas acima caracterizaram-se na proximidade com relação a conteúdos (in)conscientes, ligeiramente ligados ao universo simbólico feminino, abarcando sua multiplicidade (razão/emoção, interno/externo, simplicidade/ complexidade...). Para que as atividades desenvolvidas em grupo tivessem esse caráter e singularidades pudessem fazer esse movimento articulado de compreensão no todo, espaços diferenciados foram criados dentro do centro de estética onde a pesquisa foi realizada, possibilitando que vivências fossem transformadas em autoconhecimento.

## 2.2 Programa da oficina

Para que eu pudesse relacionar a teoria embasada no capítulo anterior à prática da pesquisa de campo, optei por desenvolver atividades em forma de oficina, entendendo que esta se contrapõe as formas tradicionais de educar, nas palavras

de Ormezzano a oficina “define-se pela produção cognitiva em grupo e rechaça a autoridade dos teóricos e professores, como únicas formas de saber, promovendo uma inteligência e uma criatividade coletiva. (2009, p.49). O modo de execução, empregado na oficina de educação estética, utilizou de atividades artísticas e holísticas, possibilitando as participantes e a mim como pesquisadora uma visão estética vasta.

O desenvolvimento da oficina sustentou-se pela antropologia essencial proposta por Jean-Yves Leloup (1998), teoria apresentada no livro *O corpo e seus símbolos*. Na obra, o autor percorre o universo da corporeidade, lendo-o, sempre, por meio de uma perspectiva trinitária – somática-psíquica-espiritual –, que aparece nos encontros como anamnese física<sup>10</sup>, anamnese psicológica<sup>11</sup> e anamnese espiritual<sup>12</sup> ou simbólica, desvelando a inteireza humana da planta dos pés à cabeça.

Essa mesma visão holística assinalada por Leloup que compreende a corporeidade e suas dimensões é ampliada por Federizzi, quando integra esse corpo ao todo por meio de atividades artísticas:

Sempre que o homem consegue entrar nos domínios de seu inconsciente, consegue ele encontrar-se consigo mesmo. A energia que flui nesta relação ou também, com um outro sujeito, está intimamente ligada ao cosmos, ao universo. Com a energia latente, o homem carrega sua emoção e daí a criatividade se torna muito mais profunda e expressiva. Assim percebem-se a criação e a maturidade desta criação, muitas vezes reveladas em linhas, cores, formas, voz, movimentos, sons... (2011, p. 70).

Na tentativa de oferecer às participantes condições para que suas singularidades fossem evidenciadas no todo, um programa foi desenvolvido em forma de oficina. Relato abaixo, sinteticamente, a estrutura dos encontros realizados:

**1º Encontro:** criação do vínculo com o grupo e apresentação da temática a ser trabalhada.

**2º Encontro (consciência matricial):** pés (fase intrauterina) e tornozelos (nascimento).

---

<sup>10</sup> Trazer para a memória as lembranças do corpo.

<sup>11</sup> Trazer para a memória as lembranças psíquicas.

<sup>12</sup> Trazer para a memória as lembranças espirituais ou simbólicas.

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Kiirtan Lilás (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 6).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés e tornozelos.
- Meditação.

**- Anamnese psicológica:**

- Retorno pela imaginação ativa à fase intrauterina e ao nascimento.
- Vivência: subida de escada com olhos vendados, pisando em diversos materiais da natureza, com objetivo de desenvolver os sentidos e relacioná-los às dificuldades da vida.

**- Anamnese espiritual ou simbólica:**

- Purificação dos pés: lavando os pés umas das outras em água salgada e ervas, com o objetivo simbólico de lhes proporcionar prazer, como um gesto de amor, gratidão e humildade (BÍBLIA, 2002).

**- Socialização do encontro.**

**3º Encontro (consciência oral):** joelhos (fase da amamentação e primeira infância).

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Kiirtan Du Soleil (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 4).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés, tornozelos e joelhos.
- Meditação.

**- Anamnese psicológica:**

- Retorno pela imaginação ativa à fase da amamentação e primeira infância.
- Prática do toque e de sentar-se sobre os joelhos, relacionando a postura às dificuldades da vida.

**- Anamnese simbólica ou espiritual:**

- Cerimônia de comer o pão e beber o vinho (BÍBLIA, 2002).
- Autocompreensão das sensações produzidas pela degustação de diferentes sabores.

**- Socialização do encontro.**

**4º Encontro (consciência anal e genital):** coxas, nádegas, genitália (infância).

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Infância Ensolarada (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 8).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés, às pernas e à região sacra.
- Introdução a conhecimentos básicos sobre o primeiro chakra (BRENNAN, 2006).
- Exercícios psicofísicos (asanas) com o objetivo de estimular a região do sacro (GELAIN, 2008).
- Meditação.

**- Anamnese psicológica:**

- Retorno pela imaginação ativa à fase da infância.
- Autocompreensão da aprendizagem da higiene corporal, relacionando-a a dificuldades atuais (LELOUP, 1998).

**- Anamnese simbólica ou espiritual:**

- Fazer artístico de composição e pintura com giz de cera e velas. (ORMEZZANO; GALLINA, 2011).

**- Socialização do encontro.**

**5º Encontro (consciência familiar):** ventre (infância e adolescência); **(consciência social):** coluna vertebral, peito e coração (infância, adolescência e fase adulta).

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Pulsações (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 3).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés, às pernas, à região do sacro e coluna vertebral.
- Introdução a conhecimentos básicos sobre o segundo, o terceiro e o quarto chakras (BRENNAN, 2006).
- Exercícios psicofísicos (asanas), com o objetivo de estimular cada região já trabalhada (GELAIN, 2008).
- Meditação.



**- Anamnese psicológica:**

- Retorno pela imaginação ativa à fase da infância e adolescência.
- Autocompreensão da relação com os pais, a sociedade e o meio.

**- Anamnese simbólica ou espiritual:**

- Atividade de improvisação utilizando as pessoas e o ambiente do próprio grupo.

**- Socialização do encontro.**

**6º Encontro:** consciência autônoma: pescoço, nuca, ombros, braços e mãos (fase adulta).

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Oferendas (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 5).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés, às pernas, à região do sacro e coluna vertebral, bem como aos braços, ombros e ao pescoço.
- Introdução a conhecimentos básicos sobre o quinto chakra (BRENNAN, 2006).
- Exercícios psicofísicos (asanas), com o objetivo de estimular cada região já trabalhada (GELAIN, 2008).
- Automassagem.
- Meditação.

**- Anamnese psicológica:**

- Construção pela imaginação ativa da “máscara” que construíram ao longo da vida.
- Meditação.

**- Anamnese simbólica ou espiritual:**

- Massagem e estimulação dos centros de energia sutis do corpo (BRENNAN, 2006).
- Liberação da energia “O Sopro da vida” (BRENNAN, 2006).

**- Socialização do encontro.**

**7º Encontro:** todas as consciências trabalhadas: cabeça (resumo do corpo).

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Divino Amor (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 1).
  - Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, dando ênfase aos pés, às pernas, à região do sacro e coluna vertebral, aos braços, ombros, ao pescoço e à cabeça.
  - Introdução a conhecimentos básicos sobre o sexto chakra (BRENNAN, 2006).
  - Exercícios psicofísicos (asanas), com o objetivo de estimular cada região já trabalhada (GELAIN, 2008).
  - Meditação.
- Anamnese psicológica:**
- Escolha do suporte para construção da máscara e relação com as escolhas feitas na vida.
- Anamnese simbólica ou espiritual:**
- Construção da máscara (ORMEZZANO; TORRES, 2003).
- Socialização do encontro.**

**8º Encontro:** corpo, mente e espírito.

**- Anamnese física:**

- Escuta do mantra Lótus (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 2).
- Exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal. Introdução a conhecimentos básicos sobre o sétimo chakra (BRENNAN, 2006).
- Meditação.

**- Anamnese psicológica:**

- Queima e libertação das máscaras.
- Subida da escada da consciência (LELOUP, 1998).
- Autocompreensão em frente ao espelho.

**- Anamnese simbólica ou espiritual:**

- Atividade com “Escudo” (folha de papel) e “Espada” (caneta) (ZAUZA, 1984).
- Dança cigana.
- Mantra Doce Dança (SHUBHAMAYA; FERRAS, 2002, n. 7).

- **Solicitação de um poema que responda à questão: “O que significou para mim ter participado da oficina de educação estética?”**. Parte integrante do caderno de percepções singulares.

- **Socialização do encontro.**

### **9º Encontro:**

- Entrega do caderno de percepções singulares com o poema final.
- Jantar de encerramento da oficina.

## **2.3 Relato dos encontros da oficina de educação estética**

Na tentativa de captar ao máximo as significações emergentes, bem como compreender as informações desenvolvidas no decorrer da oficina, utilizei o diário de campo, uma das técnicas empregadas com frequência na prática de investigação, revelando a trajetória da pesquisa. Aos poucos, fui incorporando aos relatos citações de autores que participaram do corpo da dissertação. Inicialmente, o diário de campo foi usado como ferramenta para captação de dados, porém, num segundo momento, me possibilitou a compreensão das vivências, agregando sentido e significado na construção do conhecimento dentro da pesquisa.

Para que possamos entender melhor o paralelo proposto por Leloup (1998) entre a evolução da consciência e as diferentes partes do corpo, desenvolvido nesta pesquisa, apresento, mais adiante, uma imagem que representa a sincronicidade entre o corpo físico e nosso corpo de memórias. Na sequência, temos o relato de cada encontro e o corpo teórico que o acompanha.

### **Primeiro encontro**

Nesse encontro, ocorreu a criação do vínculo com o grupo, em meio a uma introdução sobre a temática a ser trabalhada e o funcionamento da oficina.

Apoiada na antropologia essencial de Leloup (1998), convidei as participantes para uma jornada consciencial da planta dos pés à cabeça, por meio de uma leitura física, psíquica e espiritual, estruturada numa ampliação da consciência, como indica a figura a seguir:

## O Corpo e a Consciência



Ilustração 1. O corpo e a consciência.

Fonte: Leloup (1998, p. 23).

Apoiada nessa mesma estrutura, propus uma aventura lúcida pelo labirinto da inteireza humana, tentando desvelar sentidos na caminhada existencial, compreendendo símbolos visíveis que apontam para o invisível, a fim de mergulharmos rumo ao desconhecido, pois, como afirma Leloup: “O homem é o seu próprio livro de estudo. Basta ir virando as páginas até encontrar o autor” (1998, p. 11).

Convidei-as a escutar o próprio corpo por meio da anamnese, que aqui será empregada como uma compreensão dos sintomas e das somatizações vividas pelas participantes da oficina. A palavra “anamnese” deriva do grego *anamnēsis* e significa recordação, lembrança (LELOUP, 1998). Nesse sentido, tratei de uma anamnese essencial, a arte e a prática de lembrar-se do Ser, com base nas memórias do corpo físico e nas marcas psicológicas e espirituais nele deixadas.

Propus que, inicialmente, fizéssemos uma escuta física, para tentar identificar o lugar em nosso corpo, onde regularmente se alojam as doenças, o sofrimento e o prazer. (LELOUP, 1998) Em seguida, a proposta foi observar os medos e tensões que vivemos em relação a algumas partes de nosso corpo e entrar numa escuta psicológica deste. Propus, também, uma escuta espiritual, pois o espírito está em

nosso corpo, e “certas doenças, crises são manifestações do espírito que quer trilhar um caminho, desenvolver-se em membros que lhe resistem” (LELOUP, 1998, p.16).

### **Segundo encontro (consciência matricial – pés e tornozelos)**

Leloup (1998) propõe, em sua obra, um paralelo entre a escada de evolução da consciência e a escada de nosso corpo. Trata-se de uma escada em que as partes mais altas se apoiam sobre as mais baixas, como podemos ver na figura anterior. Assim, se a base não for sólida, o que está no alto não poderá se sustentar.

Podemos imaginar nosso corpo semelhante a uma árvore. Se a seiva está viva em nós, ela desce a nossas raízes e sobe até os mais altos galhos. É do nosso enraizamento na matéria que depende nossa subida para a luz. É da saúde de nossos pés e de seu enraizamento, é da força e da elasticidade de nossa coluna vertebral, é da abertura e fechamento de nossas mãos, que pode nascer o gesto vivo (LELOUP, 1998, p. 18).

Compreendendo a importância do nosso primeiro local de memória, no segundo encontro, desenvolvi atividades relacionadas aos pés e tornozelos, que remetem à fase intrauterina e ao nascimento, bem como à consciência matriz.

Dei início às atividades com exercícios de respiração, relaxamento e conscientização corporal, com ênfase aos pés. Após procuramos silenciar a mente, praticando meditação, as participantes fecharam os olhos e eu as conduzi simbolicamente, por meio da imaginação ativa ao útero materno. Enquanto elas se sentiam protegidas ou não em sua imaginação, vendei e acompanhei uma a uma na subida de uma escada de três patamares, onde puderam vivenciar a sensação de subir degrau por degrau, pisando em diversos tipos de materiais, como folhas secas, serragem, correntes, tampinhas, cordas etc. Reavivando a memória do que aconteceu nessa fase da vida. Isso foi conduzido com o objetivo de sensibilizar os pés e canalizar a energia e atenção às memórias vivenciadas por essa parte do corpo, podendo chamá-las de consciência matricial ou matriz.

Quanto às reações de cada participante, Atena, Deméter, Perssefone e Afrodite mostraram-se inseguras e desconfiadas ao subir a escada; Hera e Héstita revelaram-se extremamente sensíveis, chorando antes mesmo de subir, porém se entregaram, pisando várias vezes em cada degrau para sentir bem no que estavam tocando; Artêemis e Gaia subiram com muita segurança.

Destaco dessa atividade a dificuldade de entrega, confiança. Mesmo tendo chamado a atenção para que a experiência fosse vivenciada de maneira intensa, voltando a concentração para os pés e tornozelos, a maioria das participantes pareceu se preocupar com o desempenho, a agilidade e a finalidade da subida. Acabaram, pois, perdendo o objetivo principal da vivência, que seria sentir o contato extremo com a matéria que pisavam.

Na sequência dessa atividade, cada participante foi recebida em outro ambiente, preparado de forma aconchegante, para que se sentissem acolhidas, ainda vendadas.

A primeira a ser recebida foi Atena. Recebi-a e lavei seus pés, tendo como objetivo simbólico proporcionar-lhe prazer, como um gesto de amor, gratidão e humildade, trazendo a experiência ao encontro das palavras de Leloup (1998), que chama a nossa atenção para o fato de que não podemos amar alguém e olhá-lo de cima. E também não se trata de olhá-lo de baixo para cima, sendo submissos. Trata-se de nos colocarmos a seus pés para ajudá-lo a reerguer-se. Considerando as frases de Fromm, percebo que o autor comunga das ideias de Leloup:

O amor fraterno é o amor entre iguais; mas, na verdade, mesmo como iguais não somos sempre "iguais"; e por sermos humanos, temos todos necessidade de ajuda. Hoje eu, amanhã tu. Essa necessidade de ajuda, todavia, não significa que um seja desamparado e o outro, poderoso. O desamparo é uma condição transitória; a permanente e comum é a capacidade de erguer-se e caminhar pelos próprios pés (FROMM, 1995, p. 62).

Dessa forma, podemos entender que o amor fraterno se baseia na experiência de que todos somos um, um amor por todos os seres vivos, servindo de alicerce a todo e qualquer tipo de amor.

Dando continuidade à descrição do encontro, Atena foi recebida e colocada sentada em uma poltrona, para que seus pés fossem lavados, massageados e acariciados. Finalizado esse processo, retirei sua venda e pedi para que ela recebesse a próxima participante e com ela repetisse o procedimento.

Atena recebeu Deméter, que pareceu sentir receio de colocar os pés no recipiente com água. Porém, no desenvolvimento da atividade, relaxou. Atena retirou sua venda, explicou-lhe como deveria dar continuidade à atividade e sentou-se, com o objetivo de obter concentração para a atividade posterior, o que todas fizeram depois de lavar os pés umas das outras.

Gaia esteve sempre segura e tranquila. Afrodite, Hera, Héstia e Artêemis ficaram muito emocionadas. Esta última, para fechar o ciclo da atividade, lavou os pés da facilitadora<sup>13</sup>, que ajudou durante todo o processo.

O contato com os pés é importante nos agonizantes. Um belo presente que se pode dar a uma pessoa que está morrendo é o de acariciar e tocar seus pés. Porque, no último instante de sua existência, a pessoa vive momentos de regressão e reencontra a criança que está nela. Algumas vezes, é imediatamente antes de morrer que a criança ferida pode ser curada em nós mesmos. Este tema é muito belo para meditação e para prática (LELOUP, 1998, p. 38).

Compartilho da percepção de Leloup (1998) e por esse motivo a atividade de lavar e acariciar os pés aconteceu no segundo encontro, também com o objetivo de possibilitar o contato com a criança interior.

Em seguida, todas as participantes se deitaram em posição que lhes proporcionasse prazer. Então, dando início ao processo de anamnese psicológica e espiritual da oficina, falei sobre o desenvolvimento do feto no útero materno, o momento do nascimento e as implicações dos traumas ocasionados nessas épocas, que vêm a interferir nas fases posteriores da vida humana, bem como algumas considerações simbólicas. Nesse momento, Afrodite e Artêemis viraram-se de lado, ficando encolhidas. Todas permaneceram nessa posição por alguns minutos. Nesse momento, destaquei a importância de prestarmos atenção nos tornozelos, pois essa é a nossa primeira articulação, assim como o nascimento é uma articulação da vida intrauterina à vida extrauterina, como às demais articulações, porque delas dependem a harmonia e a livre circulação da energia entre as diferentes partes de nosso corpo.

Logo após, formamos um círculo, sentadas no chão, para que as participantes pudessem socializar as sensações vivenciadas na oficina. Nesse momento, Artêemis disse que se viu no útero, depois a maneira como nasceu, “foi como um mergulho”. Também relatou ter se visualizado deitada e que seu pé cresceu (repetiu isso duas vezes); nessa visualização observou, ainda, que havia homens pré-históricos, “homens da caverna”, caminhando na neve.

---

<sup>13</sup> Ao longo dos encontros, contei com a ajuda de uma auxiliar que aqui denomino de “facilitadora”, embora esta não tenha conhecimento específico na área, pois não se fazia necessário, tendo em vista que a mim coube conduzir todo o processo.

Héstia disse ter imaginado sua irmã e sua mãe ao seu lado. “Lembrei muito delas”, contou.

Hera destacou que se viu boiando em muita água e que sentia vontade de sair.

Deméter desabafou que viu seus pés caminhando sobre a água, pensou estar no útero, porém sua mãe estava “fria”, cansada, parecia estar depressiva na época. Não a via sentindo raiva, apenas cansada; não fazia gesto de carinho, mas não que não a quisesse. “Vim ao mundo e pronto”, acrescentou.

Afrodite, na tentativa de compreender o sentimento de Deméter, falou que, naquela época, a maioria das mães não oferecia carinho, porque talvez não o tivessem recebido. Relatou, também, que se encontrou com suas cunhadas flutuando e dançando, bem como com a avó, vestida com roupa branca e dourada e que, quando entrou na sala e seus pés foram lavados durante a atividade, imaginou-se como um dos apóstolos de Cristo. Para Zilles, “Apóstolo é a palavra grega que traduz do aramaico o termo *saliah*, que significa ‘o enviado ou mensageiro de Deus’” (1992, p. 12). Nos tempos modernos, a palavra vem sendo vista num sentido mais amplo, aplicando-se a toda ação ordenada ao testemunho de fé.

Hera viu-se como um feto, dentro da barriga da mãe, e acrescentou ter vivenciado certo medo na subida da escada, porém sentiu-se segura na atividade seguinte, como se estivesse ainda no útero.

Deméter contou ter se emocionado bastante e que sempre dera mais do que recebera. Então, quando seus pés foram lavados, sentiu-se muito bem, salientando estar realmente emocionada, por receber algo de alguém.

Héstia socializou ter chorado antes de subir a escada e ter se sentido insegura por estar vendada, mas que na subida compreendeu a necessidade de se entregar.

Afrodite disse ter pânico quando falta luz e que sentiu muito medo quando foi vendada. Porém, como sabia que teria alguém em quem confia a acompanhando, e pelo fato de estarmos trabalhando a dimensão espiritual, sentiu-se mais segura.

Gaia e Atena comungaram da opinião de que a escada parecia não ter fim.

Héstia comentou sobre a estrutura física da escada: “ela não é reta, e eu queria ir sempre reto. Na hora que retiraram a venda me senti bem-vinda, como abraço é bom”.



Despedimo-nos com um abraço coletivo e lhes entreguei um caderno em branco, para que registrassem as sensações que viriam a ter no decorrer da semana, tanto físicas quanto psicológicas e espirituais, bem como qualquer reação que julgassem proveniente das atividades desenvolvidas na oficina. Esse caderno faz parte dos instrumentos de investigação.

### **Terceiro encontro (consciência oral – joelhos)**

Estamos diante de outra articulação, os joelhos, em que muitas memórias estão impressas, particularmente as que dizem respeito à relação com nossos pais, ao prazer de sentarmos no colo da mãe, do pai, de um amigo, ou à lembrança de talvez nunca termos sido colocados no colo de alguém. É importante destacarmos que, nesse movimento, os joelhos se relacionam ao peito, aos seios, bem como à fase de amamentação. Assim, ao mesmo tempo em que procedemos a uma anamnese dos joelhos, estamos fazendo uma anamnese das lembranças ligadas à nossa boca, à nossa oralidade. Tais lembranças podem estar ligeiramente relacionadas a sintomas patológicos, como bulimia, anorexia, obesidade, entre outros, que podem ser desencadeados nas fases seguintes da vida.

A bulimia é um sofrimento real e que nem sempre é levado a sério. Ela expressa uma falta profunda, um vazio profundo que procura ser preenchido pelo excesso de alimento. Em alguns casos, faltou o seio da mãe ou não são boas as memórias do período de desmame e da relação com o seio materno. A vida adulta guarda as impressões deste momento da nossa existência porque a criança sempre está presente em algum lugar de nós mesmos (LELOUP, 1998, p. 56).

O autor também chama nossa atenção para a dificuldade que a pessoa pode desenvolver em beijar e ser beijada por alguém, já que essas lembranças estão relacionadas, também, à boca.

Na tentativa de percorrer as memórias da fase oral das participantes, dei início às atividades com exercícios de respiração e relaxamento. Em seguida, silenciámos para prática de meditação. Depois disso, reunimo-nos num círculo, sentadas no chão de mãos dadas, a fim de internalizar o som de um mantra e, após, externalizá-lo, fazendo movimentos de vaivém, de dentro para fora do círculo, para canalizarmos nossa energia no grupo, tentando nos afastar da agitação do dia a dia.

Em seguida, fizemos exercícios de conscientização corporal, focando a atenção nos pés, tornozelos e joelhos. Após, procuramos silenciar a mente, praticando a meditação. Depois disso, solicitei que se deitassem e relaxassem, dando início a uma atividade de anamnese psicológica sobre os joelhos.

Segundo Leloup (1998), na tradição romana, Plínio, o Ancião, assinalava o caráter religioso dos joelhos. Na época, tocar os joelhos de alguém significava pedir-lhe proteção, pedir-lhe para ser adotado como seu filho, como sua filha.

Propus que caminhassem na sala, olhando nos olhos umas das outras, e que tocassem no joelho de quem sentissem vontade, simbolizando um pedido de proteção, e que a escolhida pegasse no colo quem a elegera, na tentativa de proteger-lhe. Depois, as duplas trocaram de posição.

Perssefone e Gaia pareceram perdidas, porém se abraçaram, demonstrando certo receio.

Artêemis pediu proteção a Héstia, que a abraçou; choraram por um longo tempo.

Deméter e Atena, Hera e Afrodite se abraçaram e trocaram carinho.

Artêemis desabafou em voz alta: “Há quanto tempo não ganho colo”.

Para contribuir com a compreensão dessa fase e com a relação entre joelho e oralidade, Leloup (1998) coloca que, em alguns idiomas, estranhamente, há uma ligação entre a palavra “filho” e a palavra “joelho”. Em francês, a palavra *genou*, joelho, tem a mesma raiz da palavra *générer*, gerar. Em hebraico, a palavra “joelho” se diz *bèn*, que também significa filho. Assim, ser filho ou filha é estar no colo, sobre os joelhos.

Na sequência do encontro, pedi para que, num círculo, uma se sentasse sobre os joelhos da outra, a fim de que pudessem sentir a força que é preciso fazer para manter alguém sobre o colo, ou para se manter sobre o colo de alguém.

Em seguida, propus que pensassem no peso que carregam e que, colocando-se de joelhos no chão, oferecessem esse peso ao Criador. No estudo sobre essa articulação, existe um sentido profundo de nossa dignidade de filhos. Nessa perspectiva, é importante que dobremos os joelhos para depois nos mantermos de pé mais firmemente.

Nas palavras de Leloup:

Inclinado sobre a terra, a fronte entre os joelhos... Algumas vezes em nossa vida, este gesto pode nos ajudar. Quando não temos palavras ou frases para rezar, para dizer de nossa angústia, de nossa secura. Colocar a cabeça entre os joelhos é uma forma de pedir bênção ao céu. É voltar a ser o filho e a filha, bem amados de Deus (1998, p. 58).

As participantes permaneceram em posição de oferenda, com a cabeça entre os joelhos, por um tempo e depois relaxaram. Afrodite deitou-se no chão e disse não aguentar o peso que carrega todos os dias.

Para desenvolver uma atividade que possibilitasse uma anamnese espiritual (simbólica), lembrei-lhes que, assim como Cristo lavou os pés dos discípulos, também lhes deu de comer e beber.

Ofereci-lhes, então, o pão e o vinho. Contudo, nesse “banquete”, havia ingredientes que remetiam a diversos paladares: amargo, azedo, salgado, doce e picante. A intenção era que prestassem atenção, pensassem sobre sensações e sentimentos que esses sabores lhes causavam, aproximando racionalidade e sensibilidade, como expressa Duarte Júnior:

O inteligível e o sensível vieram, pois, sendo progressivamente apartados entre si e mesmo considerados setores incomunicáveis da vida, com toda a ênfase recaindo sobre os modos lógico-conceituais de se conceber as significações. No entanto, em larga medida a nossa atuação cotidiana se dá com base nos saberes sensíveis de que dispomos, na maioria das vezes sem nos darmos conta de sua importância e utilidade. Movemo-nos entre as qualidades do mundo, constituídas por cores, odores, gostos e formas, interpretando-as e delas nos valendo para nossas ações, ainda que não cheguemos a pensar sobre isto. Comportamento que pode ser debitado a esta nossa maneira ocidental e moderna de viver, com sua valorização daqueles conhecimentos provenientes tão-só da esfera da razão intelectual, em que pese uma certa redundância de termos (2001, p. 163).

Tais palavras, direcionadas à atividade desenvolvida no encontro, precisam levar em consideração o saber sensível, próprio de cada um de nós, em graus diferentes e dependendo das histórias pessoais de cada participante.

Assim, Hera disse que o sabor amargo a fez se lembrar da amamentação, que teve problemas com a mãe, pois ela era esquizofrênica. Lembrou, também, que não teve aconchego, colo, emocionando-se bastante). Disse nunca ter ganhado um abraço de sua mãe na vida e que hoje se sente carente, fraca, porém julga-se carinhosa.

Héstia comentou que é feliz e não se lembra de nenhum momento amargo de sua vida. Disse que quando ela e Artêmis se olharam e se abraçaram na atividade

anterior, sentiu algo forte. Contou, também, que seus pais adotaram uma menina e que isso marcou sua infância.

Afrodite comentou que não degustou o alimento, que na hora só pensou em comer. Disse ter se sentido só na infância, sua mãe não gostava de amamentar e que ela teve a mesma dificuldade com seus filhos. Destacou que o gosto amargo lhe remeteu à sensação de estar “mijada” numa cama e que comer ameniza essa lembrança. Acrescentou que faz tudo pelos filhos, é presente, porém se sente sufocada, pois eles querem cada vez mais; quanto mais ela dá, mais pedem.

Deméter disse que o amargo lembra terra e sua mãe. O pai era muito carinhoso (frisou isso várias vezes), porém sua mãe parecia um general. Relatou que ela e suas irmãs fingiam dormir, para que o pai as pegasse no colo e as levasse para a cama. Comentou que se sente estranha em relação às filhas, não consegue abraçá-las, às vezes não parece que são suas filhas, não entende por que é tão “seca” com elas.

Perssefone relatou que não teve problemas com sua mãe, porém foi rejeitada pelo pai, e a mãe forçou-o a pegá-la no colo. Acrescenta que o pai esperava um menino, nunca a chamou de filha nem se preocupou com ela.

Artêemis relacionou o amargo ao seu trabalho, pois, quando pensa que vai fazer uma grande coisa e esta acaba não dando certo, sente o amargo pela atitude que tomou.

Atena disse que a mãe sempre foi sua amiga e não mãe; não se lembra de ter recebido nem de ter dado carinho a ela. Acrescentou ser difícil dar um abraço na mãe, trocar manifestações de afeto.

Em relação ao gosto azedo, Héstia socializou que se sente azeda quando não consegue ser o que é. Perssefone comungou das suas palavras.

Socializando as sensações que o gosto salgado lhe proporciona, Afrodite disse ter sabor de colo de mãe, pois a sacia.

Artêemis chamou a atenção para o gosto picante e disse que, em momentos “picantes”, é travada como mulher.

Gaia comentou que seus joelhos ficam bambos, balançam nos momentos “picantes”.

Atena fez um comentário referente aos pés: “não consigo dormir sem meia”. Lembrou que não tomava nem banho sem meia quando criança, que já tentou

dormir sem, porém é difícil, tem sensação de frio. Acrescentou que sua mãe quase morreu quando ela nasceu.

Em relação ao gosto doce, Hera, Héstia, Atena e Artêmis disseram que se lembram de sensações prazerosas.

Afrodite disse que doce é estar com os cachorros, questionando-se: “Por que tenho tanto amor pelos bichos?”. Falando ao mesmo tempo em que comia bastante e rapidamente, pareceu angustiada com tais pensamentos.

Disse-lhes que o interior e o exterior, seguramente, possuem uma ligação, mas é preciso ter paciência para alcançar essa interpretação. Nosso corpo é cheio de símbolos e, por meio de estratégias desenvolvidas no decorrer da oficina e ao longo da vida, iremos compreender tais significados, compreender a nós mesmas, com o objetivo de nos aceitarmos, deixando partir o que não é nosso. Afinal, em alguns momentos há memórias que “pesam sobre nossos joelhos” e não podemos nos livrar dos joelhos, mas podemos viver melhor com eles, carregando de forma mais equilibrada o peso do cotidiano.

Ao término do encontro, Afrodite pediu que nos déssemos as mãos para rezarmos um Pai Nosso em agradecimento aos bons momentos proporcionados pela oficina.

Em seguida, todas se despediram com um abraço, dizendo umas às outras “eu amo você”.

#### **Quarto encontro (consciência anal e genital – coxas, nádegas, genitálias)**

As pernas e as coxas são, também, responsáveis pela postura da pessoa, sua maneira de apresentar-se, de conduzir-se, de caminhar. Assim nos aproximamos do sacro, das genitais, lugar considerado sagrado em nosso ser, e continuamos nossa viagem pelo corpo.

Considerando o corpo um templo, dei início ao encontro com a escuta de um mantra, propondo, em seguida, alguns exercícios de relaxamento e respiração.

A partir desse encontro, comecei a trabalhar com as participantes os principais chakras. Tratei acerca de algumas questões teóricas a respeito do primeiro chakra (múládhára chakra), localizado no centro coccigiano e relacionado à quantidade de energia física, bem como à vontade de viver. Brennan (2006), em estudo sobre energia humana, relaciona os sete principais chakras a cada camada

da aura e diz que a primeira delas está vinculada ao funcionamento e à sensação física. Nas palavras da autora: “A sensação da dor ou do prazer físico na primeira camada está ligada ao funcionamento automático e autônomo do corpo” (2006, p. 70).

Logo após, fizemos alguns exercícios psicofísicos (asanas), com o objetivo de estimular a região do sacro e, por alguns minutos, procuramos silenciar a mente. Gelain esclarece que os asanas treinam a humildade, quando o corpo não responde da forma como gostaríamos, seja no seu equilíbrio, seja na sua permanência, e acrescenta:

Os asanas envolvem os gestos e os números, pois as posturas feitas com o corpo refletem a geometria sagrada, por meio da qual o nível físico desperta para o mais sutil. Sutil, porque os asanas promovem a estabilização da mente do praticante através de posturas corporais (2008, p. 24).

As participantes destacaram a dificuldade no desenvolvimento da flexibilidade no decorrer dos exercícios psicofísicos.

Após uma anamnese física, pedi que o grupo relaxasse e as conduzi a uma anamnese psicológica, questionando quais as memórias que estão ligadas a essa parte do corpo.

Todos nós temos memórias ligadas a esta parte do corpo. A aprendizagem da limpeza e da higiene não é tão fácil. Vocês se lembram que, quando crianças, aprenderam a não brincar com as próprias fezes, mas não foram impedidas de brincar com o barro e com a lama. Por isso é importante que as crianças brinquem com a areia. Mais tarde elas passarão a brincar com bolinhas de gude e depois, na vida adulta, com o dinheiro (LELOUP, 1998, p. 68).

Com base nessa ideia, levantei algumas questões sobre o modo como se relacionam com o dinheiro. O autor também chama nossa atenção para o fato de que tudo que é composto se decompõe e que ter noção disso pode nos ajudar a compreender as doenças e a velhice, estados em que nosso corpo passa por um processo de decomposição. Lembrei-as, então, das doenças e dos problemas que nos acometem ao nível do ânus, um local delicado e do qual podemos falar com respeito e compreensão e que para muitos representa sofrimento e somatização, assim como as genitais, quando abordamos a sexualidade.

Dando continuidade ao encontro, desenvolvi uma atividade estética que possibilitasse a expressão simbólica dessa região sagrada que trabalhamos. Com o

auxílio de velas e giz de cera, pedi que pintassem numa cartolina o que gostariam de expressar em relação às vivências da consciência anal e genital, decompondo o giz na chama da vela e compondo plasticamente (ORMEZZANO; GALLINA, 2011).

Gaia, que desde o primeiro encontro se mostrou séria e introvertida, surpreendeu-nos com um comentário enquanto trabalhávamos: “hoje ainda não falamos, só porque eu estava a fim de ‘botar pra fora!’”. Nesse instante, percebi que estava ansiosa pelo momento da socialização, então a orientei a focar toda sua energia no trabalho, pois em seguida iríamos realizar a aguardada atividade.

Todas pareceram concentradas na atividade plástica, que durou cerca de 30 minutos, ao final dos quais pedi que cada uma expressasse o significado de seu trabalho.

Deméter disse que não tinha ideia, inicialmente, do que iria desenhar, pois se considera metódica, tendo em vista que trabalha com números. No começo da atividade, imaginou o funcionamento de seu intestino e que esse depende do seu nível de estresse e ansiedade, representando esse pensamento em forma de pingos, que seriam suas fezes. Pensou, também, em sua menstruação, correspondente a detalhes em vermelho na pintura, e acrescentou se sentir suja quando está menstruada.

Artêmis, aproveitando o comentário, revelou que se sente bem quando menstrua, pois parece que está se “limpando” interiormente.

Hera disse ter se concentrado na atividade com o objetivo de “colocar para fora toda energia ruim”, razão pela qual trabalhou com cores fortes. Exclamou: “coloquei a alma nas cores”! Mesma opinião revelou Perssefone.

Gaia pintou de preto uma pessoa que a representaria e, em seguida, coloriu a representação com cor-de-rosa, a fim de suavizar sua imagem.

Afrodite desabafou que tentou desenhar uma criança envolta por fezes, uma mãe com nojo e a genitália feminina com pingos de sangue. Em relação ao desenvolvimento do trabalho, destacou não ter percebido em si sensação de ódio, mas de tristeza, talvez da criança nas fezes.

Héstia socializou gostar de cores claras e se imaginou pintando “terra, céu, mar, alegria”. Representou a família, união e amigos, colocando os gizes de cera em pé sobre a pintura. Revelou ter vivido uma semana muito difícil e se emocionou quando contou que no término do encontro passado a colega Hera disse que ela era doce. Isso a fez se sentir melhor durante os momentos difíceis da semana.

Afrodite comentou que, ao chegar, o grupo estava num círculo ouvindo o mantra<sup>14</sup> e que conseguira sentir a energia intensa, se arrepiara toda. Disse ter visto uma luz lilás fluorescente, e em seguida se sentiu cansada. Perssefone aproveitou o comentário e disse ter sentido muito sono nesse momento. Acrescentou estar feliz, pois sempre sentia dor em um de seus joelhos e, após o último encontro, não a sentira mais.

Deméter comentou que está numa fase boa. Tem problemas com o marido, que é bipolar, e que antes sofria muito com isso, mas agora está reagindo de forma diferente, está se sentindo estranha com sua mudança de comportamento. Antes, abalava-se mais com as atitudes dos outros e agora percebe ter desempenhado o papel de mãe do próprio marido: “Descobri isso depois de 30 anos de casada!”. Acrescentou que sempre foi impossível sair de seu escritório às dezoito horas, mas agora sai nesse horário para o encontro e vai sentir falta quando a oficina acabar.

Afrodite e Perssefone comentaram que a cada encontro se sentem mais fortalecidas.

Afrodite disse que durante a semana estava comendo uma laranja como um robô, quando se lembrou do último encontro e começou a comê-la mais devagar. Depois, ao levar os filhos ao colégio, reparou que as pessoas agiam, também, como robôs.

Artêemis revelou estar se concentrando mais, que apresentara um trabalho e se sentira confortável ao falar em público, com o que sempre tivera dificuldade.

Percebi que Gaia estava quieta, então lhe perguntei se não queria socializar algo além do significado de seu trabalho, já que havia manifestado essa vontade no início da atividade. Nesse momento, ela desabafou: “vim de uma família humilde, morava em uma casa que não tinha luz, minha mãe foi lavar roupa em uma vizinha, deixou-me sozinha com meu irmão recém-nascido, eu tinha apenas cinco anos de idade, começou um temporal, peguei meu irmão e fui para debaixo da mesa gritando muito, mas ninguém me ouviu”. Nesse momento, ela começou a chorar. “Quando minha mãe chegou disse que eu precisava ser forte, isso ficou na minha cabeça e hoje não consigo chorar, me abrir, ficou na minha cabeça que tenho que ser forte”. Faço um sinal, o grupo todo a abraça e digo que ela não está só. Ela, então, faz mais um comentário, dizendo que no momento em que ouvimos e cantamos o

---

<sup>14</sup> Síllaba ou poema entoado como orações repetidas.



mantra e agradecemos ao Criador ela não sente vontade de agradecer, somente de pedir, pois quer coisas melhores e convoca mais força.

Quase meia-noite, finalizando o encontro, senti que ainda poderíamos falar por horas. Afrodite pediu que o grupo se desse as mãos e fizesse uma oração. Em seguida todas se despediram com um forte, emocionante abraço, dizendo a frase que parece ter se constituído no grupo: “eu amo você”.

### **Quinto encontro (consciência familiar – ventre e coluna vertebral; consciência social – peito e coração)**

Subindo a escada de nossa consciência e de nosso corpo, falaremos da consciência familiar relacionada ao ventre e à coluna vertebral, bem como da consciência social, que corresponde ao peito, ao coração. Talvez essa seja a parte mais sofrida de nosso ser, que nos impede muitas vezes de abrir os braços e entrar no estado de espírito que esse gesto indica. Portanto, trata-se de escutar agora o ventre, a coluna vertebral e o coração.

Dei início ao encontro ao som do mantra *Pulsações*. Logo após, fizemos alguns exercícios de relaxamento e respiração. Durante uma hora, trabalhamos alguns exercícios (asanas), relacionados ao segundo chakra (svadhis't'hána) localizado no centro púbico vinculado à qualidade de amor ao sexo oposto, concessão e recebimento do prazer físico, psíquico e espiritual. Para Brennan, estes “são os veículos através dos quais temos nossa vida emocional e de sentimentos” (2006, p. 70). Por sua vez, o terceiro chakra (manípúra) está localizado no plexo solar e centro diafragmático relacionado à consciência da universalidade e à cura. “A terceira camada liga-se à nossa vida mental, à reflexão linear” (BRENNAN, 2006, p. 70). O quarto chakra (anáhata), localizado entre as omoplatas e o centro do coração, é pertinente à vontade do ego e ao mundo exterior, ao sentimento de amor aos outros seres humanos. Para a autora, esse é o chakra que “metaboliza a energia do amor” (2006, p. 70). Esses pontos de energia sutil que trabalhamos no encontro estão direcionados à região do ventre, da coluna vertebral e do coração.

Durante os exercícios Perssefone disse que se sente uma pessoa mais leve; Deméter e Héstia, que se sentem com o corpo travado.

Deméter comentou que se percebe distante e que as atitudes que antes a incomodavam agora não a perturbam mais. “Parece que tomei ‘anestesia’ em relação ao marido e acordei para mim”, comentou.

Em seguida, meditamos. Após os exercícios e a anamnese física, propus que relaxassem e as conduzi a uma anamnese psicológica em relação às áreas trabalhadas.

Tomei um pouco do tempo para que pudessem observar as patologias de cada uma ao nível do ventre, do estômago, da vesícula biliar. Conforme Leloup (1998), o ventre é um local muito importante do nosso corpo, pois nele se encontram o alto e o baixo, mas também as memórias do pai e da mãe. Considera que muitas vezes nossas dificuldades digestivas são uma interiorização dos problemas que podem existir entre nosso pai e nossa mãe. Então, usando a imaginação ativa, tentaram visualizar a relação de seus pais e sentir o ventre e a coluna vertebral, diretamente ligada à nossa consciência familiar.

Solicitei que relembrassem os problemas e a felicidade que já vivenciaram ao nível do coração e percebessem o funcionamento desse órgão, bem como o funcionamento dos pulmões, da respiração, ligados à consciência social. Dentro desse enfoque, Leloup sugere:

Deixemos subir as memórias que atingiram nosso coração, que o enfraqueceram ou que o fortaleceram, que impediram nossa respiração. Lembremo-nos também dos momentos em que o Sopro circulava com a liberdade e a felicidade em nós. Dos momentos em que nos sentíamos levados pelo Sopro. Em que não respirávamos mais, mas éramos respirados pela vida. Nosso corpo guarda não só cicatrizes das memórias negativas, mas também guarda as memórias positivas de beleza e felicidade (1998, p. 116).

Assim, ao pensar nas palavras de Leloup, considerei importante dar atenção aos momentos vivenciados pelas participantes. Então, após a anamnese psicológica, passei à anamnese simbólica, quando pedi que se dividissem em dois grupos de quatro mulheres e, numa atividade de improvisação, criassem um holograma em suas mentes de uma cena que considerassem marcante em suas vidas ao nível da consciência familiar ou social, reproduzindo-a com a ajuda do grupo. Propus que escolhessem uma colega que as substituísse, de forma que pudessem visualizar de fora a cena montada.

Improvizada a primeira cena, propus a sua modificação, dando um desfecho diferente à história, o final que elas gostariam que tivesse acontecido. Fotografei a encenação, pedindo que simbolicamente registrassem na mente a última cena construída.

Gaia foi a primeira a improvisar sua história, tendo construído a cena dos pais separados, distantes e ela no meio dos dois, muito triste. Visualizou de fora essa cena e socializando chorou muito, contando o quanto sofreu com essa separação. Nesse momento, foi acolhida pelo grupo com um abraço coletivo e, em seguida, modificou a cena – ficando esta registrada –, onde foi abraçada pelos pais.

Héstia construiu a cena de um velório e muita agitação. Na socialização chorou e contou que seu irmão foi assassinado e a família teve que viajar muito para chegar ao local do velório, foi uma situação muito triste e angustiante. Também foi acolhida com um abraço coletivo do grupo. Na transformação da cena, pôde dar um abraço de despedida em seu irmão. Essa cena ficou registrada.

Artêemis construiu a cena de seu pai deitado no chão, ela e sua mãe olhando para ele, todos com expressão de sofrimento. Na socialização, chorou muito e contou que ela e sua família sofreram com o pai alcoólatra. O grupo sensibilizou-se com a intensidade das colocações de Artêemis e todas a abraçaram uma a uma. Na transformação da cena, ela mesma ajuda o pai a se levantar e toda a família se abraça, momento que registrei.

Perssefone construiu a cena do pai deitado em uma cama, muito doente, ele a chamou, porém ela não conseguiu chegar perto. Na socialização da história, disse que seu pai sobre o leito a chamou para conversar, mas não foi, porque teve medo, e logo ele faleceu. Nesse momento, chorou e o grupo a acolheu num abraço. Na transformação da cena, ela o abraçou e ficou por alguns instantes conversando com ele. Registre a cena. Em seguida, ela desabafou: “Penso que ele queria me pedir perdão pela rejeição de toda uma vida, pois gostaria que eu tivesse nascido um menino”. Relatou que, no instante da transformação da cena, quando abraçou simbolicamente seu pai, disse que o perdoava.

Afrodite construiu a cena de duas pessoas deitadas e outra, que seria ela, observando. Na socialização, contou que seu irmão “judiava” muito de sua irmã e ela sempre presenciou tudo, de modo que hoje se sente culpada por não ter interferido. Na transformação da cena, ela defendeu e protegeu sua irmã. Registre essa cena.

Hera construiu a cena de sua mãe sendo atendida por uma enfermeira e ela assistindo a tudo. Na socialização, desabafou que sofreu durante parte da adolescência e durante a vida adulta com a mãe, que era esquizofrênica. Contou que a cuidou durante todo esse tempo e que há dois anos ela falecera: “foi difícil me sentir impotente diante da doença de minha mãe”, acrescentou. Hera emocionou-se e foi acolhida pelo grupo. Na transformação da cena, abraçou a mãe e a visualizou com um semblante saudável. Registrei essa cena.

Deméter construiu a cena de três pessoas juntas e uma se despedindo. Na socialização, disse que essa é a imagem que guarda na memória, ela, sua irmã e seu irmão voltando de uma festa. Foi a última vez que viu o irmão. Ela havia o escolhido para dançar a valsa de quinze anos, no aniversário que deveria ter acontecido no mês seguinte. Após a despedida, o irmão foi para o exército e alguns dias depois a família recebeu a notícia de que ele havia sido atingido na cabeça por um fuzil. O exército mandou o caixão lacrado, e a família não pode sequer visualizar o corpo. Deméter ficou sem a festa e sem o irmão. Chorando muito ao relatar tais fatos, foi acolhida pelo grupo com muito carinho. Na transformação da cena, despediu-se do irmão, abraçando-o. Registrei esse momento e ela desabafou que, mesmo não sendo espírita, podia senti-lo no grupo, pois acredita na presença dele conosco.

Improvisadas as cenas, pude compreender que os momentos traumáticos ganharam destaque, tendo em vista que nenhuma das participantes improvisou uma vivência que envolvesse sentimentos e emoções como alegria ou contentamento. Histórias vividas há muitos anos foram expressas como se tivessem acabado de acontecer, mostrando que, independentemente do tempo e do espaço, certas experiências permanecem vivas, como memórias em nosso corpo e em nossa mente, oportunizando, assim, transformações por meio da arte. Nesse sentido, podemos considerá-la uma via de acesso ao entendimento do corpo-mente-espírito humano.

Como todas se emocionaram muito, propus que relaxassem o corpo e fizessem um círculo. Apaguei as luzes e, ao som de um mantra, segurando uma vela, contornei internamente o círculo, iluminando e olhando nos olhos de cada uma das participantes. Retornei ao meu lugar e passei a vela para a participante que estava ao meu lado. Consecutivamente, uma a uma realizou o mesmo processo numa dança circular de gratidão, inspirando e expirando. Também, pedi para que,

por alguns instantes, fossem como o “sopro”, sopro que respira em cada um de nós e no universo, pedindo paz, tranquilidade e consciência aos seres humanos desse universo.

Ao término do encontro, elas relataram que se sentiram pesadas com a improvisação, porém, no momento da dança circular e enquanto cantavam o mantra, libertaram-se do “peso” e das lembranças ruins. Foi perceptível a onda de compaixão que afetou o grupo. Despedimo-nos com um abraço carinhoso e coletivo.

### **Sexto encontro (consciência autônoma – pescoço, nuca, ombros, braços e mãos)**

O pescoço é um lugar muito importante do corpo, sendo o elo entre a cabeça e o coração, entre o inteligível e o sensível. A saúde da nuca consiste em poder olhar para cima, para baixo, para a esquerda, para a direita e para dentro de si, e isso talvez nos lembre que nossa inteligência e sensibilidade devem permanecer flexíveis. Por meio das mãos, comunicamos nossa energia, oramos, curamos e, quando as mantemos ocupadas, nossa psique se acalma.

Voltando a atenção a essas partes do corpo, que estão relacionadas à consciência autônoma, dei início às atividades com a escuta do mantra, exercícios de relaxamento e respiração. Em seguida, como proposta de anamnese física, sugeri que praticássemos asanas para o quinto chakra (vishuddha), localizado na base do pescoço e centro da garganta e relacionado ao sentido do eu dentro da sociedade, à aceitação e à assimilação. Brennan assim nos lembra a esse respeito: “O quinto chakra se associa ao poder da palavra, criando coisas pela palavra, prestando atenção e assumindo responsabilidades pelos nossos atos” (2006, p. 70).

Logo após, propus uma automassagem da cabeça aos pés, para aumentar o fluxo de energia no corpo, pois, como coloca Brennan:

É importante abrir os chakras e aumentar o fluxo de energia porque, quanto mais energia deixarmos fluir, tanto mais sadios seremos. A doença do sistema é causada por um desequilíbrio da energia ou uma obstrução de seu fluxo. Em outras palavras, uma falta de fluxo no sistema de energia humana acaba levando à doença. Isso também distorce nossas percepções e deprime nossos sentimentos, e, por esse modo, interfere numa serena experiência de vida. Não estamos preparados psicologicamente, entretanto, para ficar abertos sem trabalhar e sem desenvolver nossa maturidade e clareza (2006, p. 73).

Deméter e Atena comentaram sobre sua dificuldade para dobrar os joelhos, fazer os exercícios e ficar em posição de meditação, enfim, trabalhar o corpo em sua inteireza, para desenvolver tal maturidade e clareza.

Artêemis e Hera relataram que, nas situações difíceis do dia a dia, cantam o mantra e se sentem melhor.

Na sequência, meditamos, e após comentei que, até o momento, nossos encontros foram bastante voltados aos traumas vividos e que agora precisaríamos relaxar, porém nos sentindo mais firmes sobre os pés, para trabalharmos a cabeça. O pescoço faz a ligação das partes já trabalhadas com a cabeça, objeto de estudo dos próximos encontros. Nesse sentido, apoiando-me em Leloup (1998), tratei teoricamente de cada parte: pescoço, ombros e braços e, principalmente, sobre a capacidade que o ser humano pode desenvolver de curar através das mãos, tendo sensibilidade ao tocar um corpo.

Leloup nos reporta à psicologia de Graf Durckheim e aos terapeutas de Alexandria<sup>15</sup>, ao citar esta frase em sua obra: “Quando você toca alguém, nunca toque só um corpo” (1998, p. 26). O autor ressalta que nesse corpo existem memórias da existência de cada um e, mais profundamente, existe um sopro, sendo essa pessoa o grande sopro do universo. “Assim quando você toca um corpo, lembre-se de que você toca um templo” (LELOUP, 1998, p. 26). Apesar disso, muitos de nós nunca fomos tocados como um templo, um sopro, nem mesmo como pessoas.

Partindo desse pressuposto, depois dos exercícios e da automassagem, propus que as participantes ficassem em posição de meditação, e em um ambiente preparado com uma maca convidei duas delas para fazerem a massagem e uma terceira para ser massageada. Enquanto realizei a massagem na região proposta pela temática do encontro, as demais massageavam o restante do corpo. No momento da massagem, solicitei à participante massageada que se concentrasse na região trabalhada e tentasse visualizar simbolicamente uma espécie de armadura ou máscara que criara durante a vida para se proteger, se esconder ou se sentir pertencente à família, a um grupo ou à sociedade. No mesmo instante em que a participante procurava visualizar a sua máscara, os chakras foram trabalhados por

---

<sup>15</sup> Terapeutas de Alexandria, também chamados de terapeutas do deserto, viviam no deserto do Saara, na região de Alexandria. Grupo de origem judaica, mas com grande abertura à cultura grega.

quem estava fazendo a massagem, dando ênfase aos sete principais, a fim de permitir a livre circulação de energia nesses corpos.

Finalizei a massagem com um sopro na região do peito e pedi que colocassem para fora, com a expiração, todas as sensações ruins possíveis. Foi feito um rodízio para que todas pudessem massagear as colegas e ser massageadas. Após, as participantes retornaram para suas posições e, em silêncio, meditaram.

Na socialização da atividade, Hera contou que já me observara, certa vez, realizando uma massagem em uma pessoa que se sentia muito mal e que passou a se sentir muito melhor. Por esse motivo, revelou que também acredita no “poder de cura” através das mãos.

A cura pela imposição das mãos é praticada em todo o país de muitas formas. As pessoas se interessam pelo xamanismo e outras formas antigas de cura. Cirurgiões psíquicos visitam regularmente este país e trabalham com centenas de pessoas. Estamos em plena revolução no tocante aos cuidados com a saúde (BRENNAN, 2006, p. 208).

Atena comentou que, além da importância de voltarmos a atenção à nossa saúde, deveríamos compreender mais nossos sonhos e acrescentou que precisava contar sobre um sonho que chamara muito a sua atenção: “Estava deitada em minha cama e havia muitas aranhas pretas em cima de meu corpo, tentava tirar as aranhas e não conseguia”. Segundo o dicionário de símbolos escrito por Lexicon (1992), a aranha é considerada na Índia símbolo da ordem cósmica e tecelã do mundo sensível, visto que produz de si mesma os fios de sua rede. Como caminha pelos fios que ela mesma produz, pode ser considerada um símbolo de autolibertação espiritual. Conversamos sobre o significado desse sonho e Atena disse estar se conhecendo, “caminhando rumo à autolibertação”.

Todas as participantes mencionaram sentir a necessidade de praticar os exercícios e ouvir o mantra no dia a dia. Atena falou sobre a dificuldade que sentira na hora de fazer a massagem. Disse, também, que sentira desconforto no peito na hora em que fora massageada. Artêemis contou que, na hora do sopro na massagem, imaginou uma luz violeta invadindo seu corpo. De acordo com Perssefone, Atena e Artêemis, quando propus que imaginassem uma máscara, idealizaram uma máscara de ferro como uma armadura.

Essa visualização teve como objetivo a compreensão da imagem social que criamos. Sugeri que fizessem os exercícios físicos em casa e analisassem que tipo de máscara costumam usar no dia a dia e de qual gostariam de se libertar. Solicitei que pensassem nos materiais que poderiam simbolizar essa máscara e que os trouxessem ao próximo encontro, pois o suporte para a sua construção já estaria pronto, como forma de agilizar o processo.

Despedimo-nos cantando um mantra e com o abraço coletivo.

### **Sétimo encontro (todas as consciências trabalhadas – cabeça como resumo do corpo)**

A cabeça é o resumo do corpo. No rosto, encontramos a mesma escada do corpo, pois a boca está relacionada à fase oral; o nariz, à sexualidade; as maçãs do rosto, ao ventre; os olhos, ao coração; a testa, à mente; e as orelhas, à escuta. De acordo com Leloup:

Buda é sempre representado com grandes orelhas. Mostra sua capacidade de escutar, de escutar a palavra, mas escutar também o silêncio de onde a palavra se origina e para onde ela volta. Este silêncio algumas vezes envolve a pessoa, não apenas em sua cabeça, mas em todo seu corpo. Portanto, há esta presença do Espírito, da chama do Espírito que pode descer a todos os níveis do ser (1998, p. 130).

Partindo desse entendimento, o sétimo encontro deu ênfase ao processo de análise e compreensão da imagem nas dimensões física, psíquica e espiritual que as participantes criaram a respeito de si mesmas, bem como do “suporte” que carrega essa imagem. Em outras palavras, o objetivo consistiu em compreender a estrutura de um ser humano com todas as suas fraquezas e forças interiores.

Dei início ao encontro com o mantra, o relaxamento e os exercícios de respiração, seguidos de explicação teórica sobre o sexto chakra (ajiná), localizado entre os olhos no centro da testa e relacionado à capacidade de visualizar e compreender significações mentais, capacidade de pôr ideias em obra, de maneira prática. Brennan (2006) afirma que esse chakra está vinculado, também, ao amor celestial, um amor que se estende além do âmbito humano e abrange toda a vida, considerando todas as suas formas, preciosas manifestações de Deus.



Meditamos, procurando silenciar a mente, para depois desenvolver uma atividade criadora.

Em uma mesa, estavam dispostos os suportes para a construção das máscaras, feitos de jornal com uma camada fina de gesso. Pedi que observassem os suportes e que cada uma escolhesse o seu para a construção de sua máscara. Feito isso, solicitei que sentissem esse suporte, os materiais com os quais foi feito, a textura.

Deméter ressaltara a aspereza. Pedi, então, que manuseassem o suporte com mais força. Perssefone, Atena e Héstia disseram que era gelado, frágil, leve e que qualquer vento poderia levá-lo. Artêemis descrevera o seu como duro e resistente.

Comparei, assim, esse suporte ao ser humano, comentando que este chegara a elas com várias camadas de cola, jornal e uma camada superficial de gesso, que o tornou mais sensível do que já era. Pedi que prestassem atenção no processo de construção da máscara, no que acontece com o suporte quando a ele se agregam materiais. A atividade foi acompanhada por um mantra.

Artêemis começou a cortar os olhos e a boca de sua máscara, percebendo que a camada de gesso passou a trincar. Perguntou-me por quê. Respondi que, para “abrirmos a boca”, falarmos sobre o que sentimos, o que realmente vemos, precisamos nos libertar de certos preconceitos, julgamentos...

Artêemis contou que colocara um mantra para seus alunos e que um deles ficara em posição de meditação, fazendo o som de “oum”<sup>16</sup>. Acrescentou que está em uma fase de sua vida em que é melhor, às vezes, ficar quieta do que falar. Retirou com um pincel as partes da máscara que estavam caindo, dizendo estar com vontade de colocar a máscara fora. “Não nos conhecemos, às vezes nos vemos para baixo, mas sabemos que no fundo não queremos estar assim, quero pintar de preto esta máscara e jogar fora, quero me livrar”. Comentou que, se estamos com pessoas negativas, tendemos a ser negativos também, e que o grupo de convívio é muito importante para a formação de nossa personalidade.

Perssefone pintou a boca com bastante vermelho, depois tirou. “Queria colorir, mas na verdade não é assim”, explicou. Afrodite disse ter deixado agir a emoção e a energia. A respeito do que falara Perssefone, explicou que teria a ver

---

<sup>16</sup> Som do universo, representado pelas três letras que correspondem aos três primeiros estados de consciência: vigília, sono e sonho.

com o acúmulo de gordura em seu corpo; às vezes você quer dizer não para algo, em seu caso, a comida, mas não tem coragem, diz sim, e seu cérebro e metabolismo transformam isso em gordura corporal.

Deméter quisera cortar a boca, mas na tentativa percebera que a máscara foi se decompondo, pois colocara muita tinta, umedecendo o suporte. Disse que queria abrir a boca, porém não conseguia: “minha boca tem que abrir se não nunca vou me libertar, está sem olho e sem boca, pois sou uma boca fechada e uma faísca atrasada!”, exclamou.

Artêemis narrou que sua semana havia sido bem difícil, pois nunca pensara em si, e agora que está se conscientizando de seu corpo, percebe que precisa fazer mais por ele. Contou-nos estar apavorada e triste por ter passado uma vida sem se dar conta de si mesma.

Deméter expôs um sonho que teve. Havia alguém cantando um mantra nesse sonho, e ela pensara: será que é alguém do grupo? Estava num lugar tranquilo, onde havia uma pessoa em posição de meditação que lhe sorriu, cantando o mantra, e em seguida disse-lhe: “Deméter, você não está sozinha!”. Quando acordou, estava leve, pois sempre se sentira só e agora acredita não estar mais desamparada.

Considerando a psicoterapia moderna, que faz uso de numerosas técnicas imaginativas e da interpretação dos sonhos, Hall ressalta que estas

[...] parecem influenciar o padrão de complexos da mente, tal como ocorre com as experiências emocionais na vida cotidiana e em psicoterapia. O trabalho com os sonhos é talvez a abordagem mais direta e natural para se alterar complexos, enquanto que a segunda mais direta é o método de imaginação ativa de Jung, no qual o conteúdo inconsciente é encorajado a “vir à tona”, ao mesmo tempo [em] que o ego mantém seu papel vigo de mediador da pressão conflitante dos opostos constelados na psique (1993, p. 36).

Visando à importância de considerar o papel que a interpretação dos sonhos desempenha, dei ênfase a essa questão nesse momento do encontro. Artêemis, então, também contou sobre um sonho que tivera no decorrer da semana. Disse-nos que nunca reza para nenhum santo, mas apareceu no sonho uma oração de Santo Antônio. Quando acordou, foi mexer em um armário e achou a mesma oração.

Hera, igualmente, revelou ter tido um sonho estranho durante a semana. No sonho não estava bem, pegara o carro e saía. Andou durante algum tempo por uma

estrada e depois entrou em um mato. O carro capotou e caiu num rio, mas, ao invés de sair, travou as portas e ficou lá dentro. A água começou a entrar e nesse momento ela se via de fora, dizendo que eu estava ao seu lado, assistindo a tudo. Sentia-se triste, mas, ao mesmo tempo, sabia que precisava deixar aquela Hera que estava do lado de dentro do carro ir embora. Segundo Jung, “a função geral dos sonhos é tentar restabelecer a nossa balança psicológica, produzindo um material onírico que reconstitui, de maneira sutil, o equilíbrio psíquico total” (2002, p. 49). Para ele, os sonhos podem, muitas vezes, revelar certas situações antes que estas realmente aconteçam.

Héstia relatou-nos que teve uma semana ruim, com dor no peito. Deitara-se e colocara a mão no coração, lembrando que havíamos comentado no encontro anterior sobre o poder que as mãos têm de curar. Esfregou-as, pensou positivo e massageou o peito em sentido horário, e a dor passou.

Brennan (2006) orienta-nos em um processo de autocura, assinalando a possibilidade de estarmos doentes ou machucados e impormos nossas próprias mãos na área comprometida, todas as noites quando formos para a cama, de modo a dirigir amor e energia a esse local, enquanto nos visualizamos bem dispostos e saudáveis. Nesse sentido, somos capazes de curar a nós mesmos, e isso nos ajudará no processo do autoconhecimento.

Após o término da atividade, pedi que socializassem o processo criador e o significado de suas máscaras. Afrodite deu início à socialização, dizendo que sua máscara é preta, pois se trata de uma armadura de ferro, que não é oriunda de grandes traumas, mas de tristeza, com lágrimas que se transformaram em brilho. Afinal, nesse processo, “eu cresci”, afirmou.

Hera disse que pintara os olhos de preto, pois tem uma expressão “brava”. Teve que ser brava para se proteger do que sempre foi na verdade, frágil. Hoje, não consegue mais ser assim, sempre se “entupia de remédios e não colocava nada para fora”, tomava remédios para ficar bem e manter sua postura triste, infeliz.

Deméter contou que tentara construir uma “armadura”, tendo em vista que se sente muito sozinha desde nova, nunca pôde contar com ninguém, nem com o marido. Revelou-nos que não gosta de incomodar os outros e que tinha verdadeiro pavor quando acontecia alguma coisa com suas filhas, pois nunca contava para o marido, resolvia sempre sozinha, até mesmo a parte financeira. “Estava baixo astral no final de semana, pois me dei conta que a vida está passando”.

Héstia chegou à conclusão que colocamos uma máscara quase todos os dias, relatando que às vezes se sente fraca, às vezes chora, mas há momentos em que tem de ser forte. Confessou não se lembrar de traumas na vida, considera-se sensível, alegre. Afirmou que sua vida não fora difícil, tivera pais maravilhosos que fizeram de tudo para a deixar bem. Porém, sente-se muitas vezes insegura.

Atena, segundo conta, construiu uma “armadura”, pois desde os seis anos de idade ninguém sabe o que ela pensa, sente; não divide problemas; tudo é interno, nada externo; resolve os problemas da mãe. O decorrer da semana, em sua opinião, fora diferente, pois pensara em si, e desabafou: “Não tenho coração, sou só razão, mais racionalista do que sentimentalista”. Por isso, Afrodite acrescentou que a maternidade a fará muito bem.

Perssefone pintou a máscara de cinza e branco, representando uma vida de paz, tristezas e riscos. Disse que está sempre tentando esconder a felicidade, a alegria. Usa essa máscara para disfarçar o que realmente é. Tivera uma educação regrada, muito rígida em relação à postura, à posição de se sentar, e tenta manter essa aparência. Desabafa, dizendo: “Foi muito bom conseguir chorar nos encontros. Sempre tive que passar um semblante feliz”. Acrescentou que se preocupa muito com aparência, em não fazer feio. Sempre fora tímida e sua irmã a corrigia muito na frente dos outros em relação ao seu português, momentos em que se sentia mal, constrangida. Gostaria de se libertar de suas atitudes comportamentais rígidas.

Gaia mostrou sua máscara negra, pois é séria, porém está tentando mudar, ser alegre. Pintou lágrimas da infância, dizendo que fora uma fase triste, pois mesmo criança precisara ser forte. Revelou desejar ter atitude para mudar, ser livre, fazer o que quer, e não o que os outros querem. Pergunto o que gostaria de mudar e ela responde: “sair do emprego, mudar de namorado e de cidade. Mudando isso seria feliz... Tudo por causa do maldito dinheiro”. Questiono-a se realmente acredita que seria mais feliz se tivesse mais dinheiro e se mudasse completamente sua vida, ou, melhor, se são as coisas externas que precisam ser modificadas. Atena dirige-se a Gaia, dizendo que o homem sai do campo, mas o campo não sai do homem e que se ela topasse lhe daria todo seu dinheiro, desde que trouxesse seu irmão de volta. Por fim, acrescentou: “Quando você perder alguém especial em sua vida vai compreender o real valor do dinheiro”.

Artêmis fez uma máscara toda preta, sem rugas, lisa. Disse ter vivido uma semana tumultuada, sentira raiva de si mesma, sentira-se impotente diante das

coisas. Por isso, exclamou: “não sou essa coisa preta que fiz, mas às vezes não tenho mais alegria, vontade, sou fechada, materialista!”. Disse que sua mãe sofrera muito com o pai, então ela pensa em ser sozinha, sem depender dos outros, mas no fundo se sente frágil. Nos encontros, revelou estar se conhecendo e se propôs a isso porque quer ser feliz do jeito que é, e não como a sociedade quer que ela seja. Afrodite acrescentou que nunca estamos felizes, somos eternas insatisfeitas.

Pelo significado dos trabalhos, podemos compreender que, pouco a pouco, vamos nos desenvolvendo num processo inerente à cultura, e máscaras passam a ser parte integrante de nossa personalidade, até não conseguirmos mais encontrar nossa própria face. No caso dessa vivência, preciso ressaltar que a armadura desempenha papel semelhante ao da máscara, tendo em vista que algumas das participantes utilizaram-se dessa nomenclatura para expressar o fato de estarem presas a algo que criaram para “esconder ou proteger” a si próprias.

Finalizando o encontro, propus um exercício de respiração e, em círculo, dançamos e cantamos o mantra. Artêemis pediu que fizéssemos uma oração de agradecimento pelos bons momentos compartilhados e pela possibilidade de transformação. Todas se abraçam e se despediram, dizendo que amavam umas às outras.

### **Oitavo encontro (corpo, mente e espírito)**

Nosso primeiro local de memória é a vida intrauterina. Nesse período, estamos vulneráveis ao que a mãe vive em seu ambiente. Em seguida, experimentamos um momento marcante para o nosso corpo: o nascimento. Chamamos essas fases de “consciência matricial ou matriz”.

Após o nascimento, o corpo entra em relação com outro corpo. Eis o momento em que a consciência está concentrada em torno da boca. A essa fase intitulamos “consciência oral”.

Pouco a pouco, a criança perde a identidade com o corpo da mãe e descobre seu próprio corpo. Esse é o período em que brinca com o que sai de seu corpo: as fezes. A essa fase chamamos de “consciência anal”.

A descoberta de nosso ser sexuado remete-nos à consciência genital. Quando crescemos, entramos na fase correspondente à imagem que nossos pais têm de nós. A essa denominamos “consciência familiar”.

Em seguida, chegamos a outro nível de consciência: a social. Entretanto, algumas pessoas, impelidas pelo desejo interior, tornam-se livres em relação a essa imagem social e atingem uma consciência autônoma.

Ao lado da consciência autônoma, alguns seres humanos descobrem a consciência do *self*<sup>17</sup>, a consciência da verdade, da vida. Segundo Jung:

Cada ser humano possui, originalmente, um sentimento de totalidade, isto é, um sentido poderoso e completo do *self*. E é do *self* (o si mesmo) – totalidade da psique – que emerge a consciência individualizada do ego à medida que o indivíduo cresce (2002, p. 128).

Compreendendo o sentido da oficina, essa consciência citada nos remete à liberdade com responsabilidade. Nesse estado, perdemos o medo de sermos diferente dos outros, estamos conscientes de nosso processo vital e descobrimos um sentimento de gratidão por estarmos vivos.

Com o objetivo de vivenciar tais colocações, dei início às atividades do oitavo encontro, com uma explicação teórica sobre o sétimo chakra (sahasrára), localizado no topo da cabeça, centro da coroa, e relacionado à integração da personalidade total com a vida e aspectos espirituais da humanidade, vinculando-se à mente mais elevada, ao saber e à integração da nossa constituição espiritual e física (BRENNAN, 2006).

Meditamos, considerando a meditação no sentido que nos mostra Gelain (2008): a meditação aquieta a mente e amplia a consciência, no intuito de integrar corpo-mente-espírito, proporcionando a canalização de todo tipo de mal-estar e adoecimento, amenizando, neutralizando e possibilitando a exteriorização desses.

A meditação tem como propósito a transcendência por meio do voltar para casa, possibilitando o encontro consigo mesmo. É uma forma de se permitir retirar máscaras e olhar para a própria *persona*, como também para a sombra, ampliando, assim, a consciência, através de um maior conhecimento do ego e do próprio eu (GELAIN, 2008, p. 45).

Frente a esse propósito e pensando no encontro das participantes consigo mesmas, propus que as máscaras produzidas no encontro anterior fossem queimadas. Num círculo em torno de um braseiro, ao som de um mantra, fizemos um baile de despedida das máscaras. Cada uma das participantes teve a

---

<sup>17</sup> Para Jung (2002), *self* é a totalidade da psique, de modo que emerge a consciência individualizada do ego à medida que o indivíduo cresce. Em português, pode ser traduzido como Eu ou Si mesmo.

possibilidade de queimar a máscara construída e dizer em voz alta tudo o que estava transformando em sua personalidade a partir daquele momento.

Todas elas, uma a uma, disseram em alto e bom tom que queriam se libertar das limitações, dos medos, das angústias, das mágoas do passado e, principalmente, da solidão, enquanto jogavam suas máscaras ou armaduras no braseiro.

Após a queima, restou somente fumaça, e as participantes sentiram a necessidade de arejar o ambiente, de renovar o ar. Artêemis comentou: “até a fumaça que resta das máscaras que usamos nos sufoca”. Então, respondi que nem mesmo fumaça poderia restar. Abrimos as janelas.

Pedi que ficassem em posição de meditação, ouvindo o mantra, enquanto sentíamos a fumaça indo embora. Convidei uma a uma para que se dirigissem a outro ambiente, a escada que subiram no primeiro encontro. Dessa vez, porém, estavam sem as vendas, pois passaram por um processo de consciência de si. Assim, precisavam visualizar a subida de sua própria consciência.

A primeira a subir foi Héstia. Ao dirigi-la ao ambiente, perguntei-lhe como foi sair de um lugar nebuloso, sufocante como a sala anterior e estar em um lugar respirando ar puro e visualizando todo o espaço. Héstia respondeu em meio a lágrimas: “me sinto livre!”. Então fiz um sinal em sua testa na região do terceiro olho com um brilho em pasta e disse-lhe o que disse a todas: “Héstia, sinto-me imensamente feliz por você ter sido escolhida pelo universo para ser consciente, livre, amada... A venda de seus olhos foi retirada e você não está sozinha na subida dessa escada, estamos todas ao seu lado nessa caminhada. Então, vamos!”. À medida que subíamos a escada, ela ia sendo banhada por pétalas de rosas e introduzida a uma “nova vida”, uma nova sala, onde se deparou com uma janela. Pedi para que a abrisse e me dissesse o que estava vendo. Ao abri-la, deparou-se com um espelho e respondeu: “vejo uma nova mulher, tentando deixar mágoas e tristezas irem embora”. Solicitei que observasse seus verdadeiros traços. Ela relatou: “tenho olhos de minha mãe, boca do pai, coração da mãe e do pai, mas a mente é minha, e posso pensar e sentir tudo isso!”.

Abracei-a carinhosamente e pedi que recebesse a próxima participante, acompanhando-a na atividade, durante a observação da própria imagem, enquanto as demais passavam pelo processo de subida da escada.

Foi a vez de Afrodite subir a escada para repetirmos o procedimento. Disse-me sentir-se livre e pronta para subir os degraus de sua consciência. Ao chegar na outra sala, foi recebida por Héstia e, na análise de sua imagem, relatou ver todo seu corpo, embora o espelho não permitisse isso. Também revelou que seu rosto tem um brilho diferente, está no olhar. “Quando olho para meu corpo lembro-me de meu pai, para meu rosto, lembro-me de minha mãe”.

Convidei Atena para subir a escada e repeti o procedimento. Ela comentou sentir o coração aberto. Foi recebida por Afrodite e, ao olhar-se no espelho, disse: “Vejo a mim mesma, alguns traços de meu pai, coração aberto, carinhoso, com alegria de viver, amor fraternal, amparava-me em todas as horas que eu precisava. Vejo, também, algumas qualidades da minha mãe, persistência, capacidade de lutar, um exemplo de mulher, amiga, companheira”.

Na sequência, com Deméter repeti o processo. Assumi ter medo de subir, pois agora estava consciente de muitas coisas, estava sem vendas, percebendo a si e ao mundo. “Questiono-me agora como farei para ter atitude perante o que não conseguia ver, ou, melhor, não queria ver”. Asseguro-lhe que não está sozinha, ela se emociona e é recebida por Atena. Quando se olha no espelho, diz: “Vejo-me com os olhos bem abertos, não é tão triste a realidade, abrindo os olhos vemos as pessoas que estão do nosso lado. Também vejo os olhos tristes de minha mãe”. Atena pergunta se essa tristeza a acompanha. Deméter responde apenas que sua mãe não se realizara, criara os filhos, porém sentia não ser aquilo que ela queria. Porém, sente-se feliz por ter herdado a bondade do pai, mesmo na incapacidade de dizer não.

Logo após, repeti o procedimento com Gaia, que avaliou ser hoje outra pessoa. Quando foi recebida por Deméter, olhou-se no espelho e revelou: “Vejo uma nova pessoa, me sinto livre, herdei a força de meus pais, mesmo assim ainda preciso de muita para me libertar de verdade”.

Convidei Artêemis, que se emocionou muito ao perceber que estava em um ambiente claro, diferente do anterior. Chorou quando repeti o procedimento e também enquanto subiu a escada. Ao ser recebida por Gaia com um forte abraço, sorriu; ao abrir a janela e olhar-se no espelho, exclamou: “Que linda! Vejo uma mulher renovada, bonita, inteligente, amorosa”. Gaia perguntou o que ela deixara para trás. “Todas as mágoas, angústias, medos, limitações, boa parte do passado”, respondeu.



Na sua vez de subir a escada, Hera, emocionada, me abraçou e disse ser grata por tudo o que lhe fora proporcionado na oficina. Repeti o procedimento. Artêemis recebeu-a com um abraço carinhoso. Muito emocionada, Hera disse ter visto no espelho uma mulher segura, livre, que acabou de se libertar de coisas ruins.

Convidei Perssefone, que pareceu angustiada. Repeti o procedimento e percebi que ela estava eufórica, queria subir logo, tinha pressa, e agradeceu pelo esforço e preocupação consigo. Perssefone foi recebida por Hera e disse ter visto no espelho uma pessoa feliz, serena, que se libertou das tristezas, da solidão, das angústias, sentindo-se ela mesma.

Após essa atividade, reunimo-nos num círculo, fizemos exercício de respiração e relaxamento. Entreguei-lhes caneta e papel e pedi que o colocassem nas costas uma da outra. Ao som de uma música cigana, começamos a dançar. Solicitei que se olhassem nos olhos e se sentissem verdadeiramente e, em seguida, escrevessem no papel preso às costas da outra participante o que viam naquele ser.

É uma grande aventura tornar-se humano, sujeito da própria existência, ser dotado de um semblante único e assumir a direção dos próprios passos, realizando, assim, a promessa inerente ao seu mistério. Fazer render os talentos vocacionais é o que caracteriza um existir pleno. Para isso convocamos a nós mesmos a existir, a trazer uma novidade, um canto novo, uma dança nova... Não nascemos para morrer, nascemos para ser (WEIL; LELOUP; CREMA, 2003, p. 42).

Numa corrente plena de energia que nos motiva a ser, demos início, literalmente, a uma festa regada a champanhe, petiscos e muita música, para brindar o início de uma nova fase de nossas vidas, uma fase de libertação, transformação e renascimento.

Dançamos e brindamos por trinta minutos. Então, propus que sentássemos novamente em círculo e que retirassem a folha das suas costas, a fim de lerem como as colegas as veem no momento, após a participação na oficina. Pedi que destacassem uma das palavras ou frase com a qual se identificavam, pensando no processo vivenciado nos encontros. Todas as frases escolhidas faziam menção a mulheres fortes e corajosas. A partir dessas colocações, socializamos o encontro.

Artêemis comentou: “Quando estávamos queimando a máscara, depois que sentei, me vi branca, senti meu rosto suave, diferente”. Héstitia disse ter sentido o mesmo. E Artêemis acrescentou: “Deixei pra trás coisas escuras, me vejo linda, maravilhosa, poderosa, ainda vou correr o mundo!”. Gaia, por sua vez, desabafou:

“Nesse grupo encontrei aconchego, felicidade, harmonia, tudo de bom”. Atena concordou.

Deméter e Perssefone revelaram que se sentem mais fortes, com a certeza de que estão mudando, vendo as pessoas ao seu lado como elas são, respeitando os limites de si e dos outros.

De Afrodite, ouvimos: “Estou feliz. No início do encontro não estava bem, mas estou feliz em especial por quatro pessoas: Gaia, Atena, Deméter e Artêemis, pois percebo uma grande transformação nelas. No início da oficina elas eram completamente travadas, e hoje, não”.

Hera também desabafou: “Estou liberta, hoje tive que optar pelo encontro e outro compromisso muito sério. Optei pelo encontro porque hoje esse é o motivo maior, eu sou o motivo melhor, maior”.

Após a socialização, cantamos o mantra e nos ajoelhamos, oferecendo essa transformação ao universo. Todas estavam muito emocionadas, então, disse-lhes: “Assim como dançamos expansivamente, nos ajoelhamos, agradecemos, ofertamos, nos voltamos para o céu e para terra, olhamos para fora e para dentro num movimento de transformação, assim é nossa vida. Há momentos de expandir, há momentos de recolher, momentos de falar, momentos de silenciar e nesse ritmo continuamos a festa”. Todas se levantaram, e por mais meia hora dançamos, brincamos e nos divertimos muito.

Apreciando as palavras de Leloup – “Procure a resposta lá onde você colocou a pergunta” (1998, p. 132) –, finalizei o encontro, agradecendo pelos momentos de transformação e lembrando que, a partir de agora, cabe a cada uma continuar seu caminho. “A leitura do corpo proposta foi feita para que vocês fossem estimuladas a compreender o universo do ser e a encontrar dentro de si o que talvez estivesse esquecido”.

Héstia sugeriu que finalizássemos o encontro com uma oração de mãos dadas, e em seguida formamos um abraço coletivo, acompanhado pela frase que soou forte no decorrer dos encontros: “Eu amo vocês!”.

### **Nono encontro (encerramento da oficina e jantar)**

Nesse dia, Atena e Afrodite não compareceram, Atena por estar se recuperando de uma cirurgia que decidira fazer por ter se fortalecido na oficina, e Afrodite porque tivera problemas com o filho.

Encontramo-nos em um restaurante da cidade de Passo Fundo para o encerramento da oficina. Héstia, a primeira a chegar, mal se sentou e foi logo dizendo: “Como passaram rápido nossos encontros. O que vamos fazer agora?”. Em seguida, chegaram Perssefone, Deméter e Artêemis, as três muito sorridentes, dizendo: “nossos encontros não podem acabar”.

Héstia comentou que, pensando sobre educação estética no decorrer da semana, compreendeu a importância do amor e da estrutura familiar na formação do ser humano. Acrescentou ao comentário: “Agora agradeço sempre pelos pais que tive, sempre fui muito feliz!”.

Artêemis concordou com Héstia, embora considere que sua vida tenha sido marcada por dificuldades nos relacionamentos, tanto no âmbito familiar como no social.

Perssefone disse estar feliz por ter perdoado o pai, sente-se liberta da mágoa pela não aceitação.

Deméter, muito ansiosa, confessou que precisava nos contar uma novidade, algo de que se orgulha muito por ter feito: “Sempre tive dificuldade de ficar sozinha, porém nesta semana cheguei cansada do trabalho e percebi que não havia ninguém em casa. No mesmo momento, me imaginei vestida com meu pijama velhinho indo dormir. Tomei um banho, me olhei no espelho e disse a mim mesma: ‘mereço mais do que isso’. Então, coloquei um pijama novo, desmontei uma cesta que ganhei há tempos e degustei um bom queijo e um maravilhoso vinho chileno, ao som do mantra e das músicas de que mais gosto”.

Mosquera (1978) salienta, em sua obra, que estar sozinho é uma experiência de crua sensibilidade, que implica uma submissão total do eu. Entretanto, a solidão pode ser estudada na idade adulta por meio de dois aspectos: aquilo que se denomina solidão-ansiedade, que nasce de um abismo fundamental entre o que a pessoa é e o que pretende ser; e a solidão-existencial, considerada como verdadeira solidão da experiência sincera.

Senti-me imensamente feliz, mesmo estando sozinha. Acrescentou. “Compreendi que quando estou sozinha me basto!”.

Artêemis perguntou-lhe: “E o marido o que disse quando chegou?”. “Nem sei de marido”, respondeu. “Agora sei de mim, aprendi a me concentrar mais nas minhas questões do que nas dos outros, até a energia deles não me afeta da mesma maneira”.

Hera e Gaia chegaram atrasadas, pois tiveram um compromisso anterior.

Héstia pediu se poderia entregar seu caderno individual, então solicitei que todas o fizessem. Queriam saber se o caderno seria devolvido para que pudessem continuar escrevendo, ao que respondi que não, por se tratar de documento da pesquisa. O poema respondendo à questão “o que significou a oficina de educação estética para mim?” é parte integrante desse caderno individual, o qual se constituiu, também, do registro dos sentimentos socializados nos encontros.

Perssefone pediu espaço falar sobre algo de que se libertou no decorrer da oficina, advertindo, porém, que isso não fosse transcrito. Após a sua colocação, Gaia também fez revelações sobre as quais solicitou sigilo. Foram manifestações que deixaram clara a sua necessidade de se sentirem vivas.

Enquanto jantávamos, as participantes, de modo geral, comentaram sobre a importância de estarem prestando mais atenção na forma como se alimentam, o que pode ser resumido na fala de Artêemis: “me alimentava de uma maneira completamente errada. Hoje, sinto o sabor das coisas”.

Após, Héstia levantou-se e disse que precisava me entregar um presente em nome do grupo, uma lembrança que representaria a sua gratidão por estarem se sentindo vivas, por terem aprendido a olhar para dentro e para fora de si de uma maneira diferente. Agradeceu pelas amizades construídas e pelo sentimento de amor fraternal que se tornou evidente no grupo. Perssefone completou: “sempre tive dificuldade de conviver em grupo, mas este me fez bem”.

Em retribuição ao gesto, coloquei sobre a mesa alguns pacotes de presente, explicando-lhes do que se tratava. “No decorrer da oficina, estava disposta sobre um balcão uma série de velas de diversas cores e formas”. Então, perguntei-lhes: “de que material é feita a vela”. “De parafina”, responderam. “E a parafina?”. “De cera”. “Então, a cera é a materialização do trabalho desenvolvido pelas abelhas na transformação do mel. Essas velas nos acompanharam no decorrer de todos os encontros, e nelas estão impregnadas todas as nossas energias, nossos

sentimentos mais profundos. Nelas, estão nossas vivências individuais e grupais. Recebam-nas, pois, como uma forma de materialização simbólica do nosso trabalho, de nosso processo de transformação”. Citando Chevalier e Gheerbrant, segundo os quais o simbolismo da vela está ligado ao da chama e esta contém as forças ativas da natureza, encerrei minha fala: “A cera, a mecha (pavio ou torcida da vela), o fogo, o ar, que se unem na chama ardente, móvel e colorida, são eles próprios uma síntese de todos os elementos da natureza” (2002, p. 933).

Deméter teve a seguinte ideia: caso se sinta só novamente, acenderá a vela e sentirá a energia do grupo. Todas revelaram, então, que farão o mesmo.

Artêmis aconselhou que não poderíamos deixar de nos encontrarmos, que esse grupo precisaria permanecer unido. Como a oficina terminaria nesse encontro, convidou-nos a conhecer uma organização internacional chamada *Mahikari*<sup>18</sup>, explicando-nos que esta aspira a cooperação em sociedade onde as pessoas partilhem a mesma visão de um mundo, por uma perspectiva espiritualista, e que sejam naturalmente integradas no progresso e desenvolvimento material da humanidade.

Todas nós concordamos em ir, para que os laços de afinidade, amor e diversos outros sentimentos compartilhados pelo grupo continuem em constante processo de transformação. Nesse sentido, combinamos que a cada terça-feira uma das participantes será responsável por organizar um encontro.

Com um abraço coletivo, deu-se a nossa despedida, tendo a certeza que esse não seria nosso último encontro.

A seguir, apresento os poemas entregues a mim pelas participantes:

### **Poema de Hera**

#### **Revitalização**

Eu vivi...  
Momentos de Luz,  
Momentos de trocas,  
Momentos de dor...

Momentos de nostalgia,  
Momentos de alegria,  
Momentos de Amor...

---

<sup>18</sup> Organização internacional sediada no Japão. Para seus fundadores e seguidores, significa “a verdadeira luz”.

Momentos de criar laços.  
Momentos de desatar nós.  
Até chegar a hora de voar...  
Voar como a fumaça...

Aquela que queimou todas...  
As dores, as tristezas...  
Me deixou de cara limpa,  
Pra recomeçar de novo e sempre...

Agora mais forte.  
Com mais fé na vida,  
Com mais fé nas pessoas...  
Mais fé em mim mesma!

## **Poema de Afrodite**

### **A arte de viver**

A arte da vida é escrita... Traçada em alegrias e tristezas!

Na ciranda da sobrevivência experimentamos sabores...  
Amargos, azedos, mas também degustamos o doce da existência,  
A mágica da vida!

O nosso corpo...  
A natureza...  
O espírito...  
O universo...

O nosso corpo é uma máquina perfeita,  
Criada por Deus...  
Com muito amor!

Somos origem e semelhança de Deus,  
Temos plantados em nós...  
Grandes poderes!

Cada um pode desenvolver tais poderes.  
Através da meditação,  
Contemplação da natureza,  
Dos seres que nela habitam.

Na natureza se encontram os segredos mais sutis,  
Os das energias que estruturam o Cosmos e o homem.  
Através da meditação desenvolvemos as intuições,  
As quais devemos sempre seguir...  
Escute seu corpo, sem julgamentos...  
Sinta as energias, sem insinuações.

Simplesmente acalme-se e escute.  
Escute com a mente, com a mente Divina,  
Aquilo que for positivo e negativo.

Na ilha do mundo, todos somos náufragos,  
E o que uns veem claramente...  
Pode ser obscuro para os outros.

Se estivermos atentos, somos capazes de captar energias  
Das florestas, cachoeiras, rochas, templos antigos e pessoas...  
Elementos que estão em vibração.

Todas as formas de vida,  
Os estados da matéria,  
Desde o mineral ao vegetal,  
Estão todos conectados  
E essa conexão vai além do material...

Os homens são diferentes,  
Tanto nas suas alegrias,  
Quanto nas suas doenças particulares.

Nestes encontros semanais,  
Conhecemos um pouco de um mundo maravilhoso,  
Que está ao nosso redor.  
Recebemos energias muito positivas que veem do universo  
E que estão à disposição de todos  
E isso é maravilhoso e gratificante.

Temos que sentir e agradecer pelas coisas boas,  
Também pelas ruins,  
Porque fazem parte da evolução espiritual.

## **Poema de Perssefone**

### **Vivenciar a espiritualidade**

Minha fé aumentou a cada encontro  
Tudo que vivenciei foi maravilhoso.  
Espero que eu leve para vida toda.  
A amizade que fiz neste grupo  
Vai ser para sempre.

A certeza da vida após a morte se concretizou em mim.  
A paz espiritual não tem preço,  
A felicidade está em nossos corações...

A confiança também é rara,  
Mas existe em pessoas mais próximas do que imaginamos.  
É uma experiência inexplicável,  
Simplesmente sem palavras.

### **Poema de Artêemis**

#### **Renascimento**

Olhar para si é amar-se.  
Fazer novos amigos é fortalecer-se.  
Abandonar velhos hábitos é respeitar-se.  
Conhecer a si mesmo é renascer.

Renascer na fé,  
Renascer na bondade,  
Renascer como mulher,  
É enfim...

Tornar-se um ser humano melhor.

### **Poema de Deméter**

#### **Viva a vida**

Nossos encontros foram divinos,  
Consegui transmitir a energia vibrante  
E isso me fez ver uma luz,  
Uma energia em cada uma destas mulheres sensíveis e maravilhosas.

Todas à procura de sua felicidade.  
Todas procurando ser melhores e mais felizes.

Ser melhores, mas não perfeitas,  
Porque somos humanas com direito a erros e acertos.

É saber nos perdoar e nos amar!

### **Poema de Atena**

#### **O despertar**

Eu, um pequeno pássaro,  
Cansada, ferida, cinza!  
Lá fora dias cinzentos.  
Até a chegada do Flamingo.  
Esta juntou o pássaro ferido.



Reuniu com mais sete pássaros.  
 Quantos pássaros presos...  
 Presos em dores, em vidas, em tristezas, em padrões.  
 Pouco a pouco o Flamingo mostrou a exuberância e derramou sua luz sobre nós.  
 Tirou as vendas dos pássaros.  
 Estes perdidos procuravam o que ver.  
 Até que com eles mesmos se depararam.  
 Se viram nus e despidos de tudo.  
 Cores começaram a saltar em cada pássaro.  
 Oh! Quanta beleza escondida!  
 Vi até alguns dando seus primeiros voos.  
 Algumas até um rasante.  
 Quanta luz, quanta energia!  
 E tudo estava escondido dentro de cada um.  
 Até que chegou o final.  
 Onde tudo se queimou...  
 E de lá, antes pássaros,  
 Ressurgiram Fênix!  
 Belas por dentro e por fora.  
 Que se juntaram ao Flamingo,  
 Para juntos o mundo iluminar!

### **Poema de Gaia**

#### **Transformação**

A oficina de atividades foi para mim uma bênção.  
 Aprendi a lidar com sentimentos e emoções.  
 Me ajudou a trabalhar os chakras,  
 Minhas memórias traumáticas...  
 A sentir a energia das pessoas.  
 Há vários aspectos que consegui trabalhar,  
 Ter uma integração total do aspecto físico ao espiritual,  
 Relacionados harmoniosamente.  
 Os chakras representam uma parte importante da vida.  
 Entendemos como eles funcionam e como se manifestam.  
 Nos trazem uma melhor percepção e entendimento sobre nós próprios.

### **Poema de Héstia**

#### **Transformação**

Viver na inércia, anestesiada.  
 Sentimento e insegurança, angústia, medo.  
 A dor que sufoca, o peso...  
 Das máscaras escondidas atrás  
 De uma armadura inatingível.  
 De repente... a ousadia, coragem,

Força para abrir as janelas do coração, da inteligência para  
Olhar para dentro de si mesmo.  
Perceber que não se está sozinho.  
Deixar os medos e as angústias para trás.  
Deixar a energia do outro penetrar em seu ser.  
Ter a sensibilidade de dizer “eu preciso de você”.  
Usar as lágrimas, tristezas, desencontros, perdas...  
Para fertilizar a sabedoria e a inteligência.  
Usar falhas, dores para construir a serenidade.  
E assim nunca desistir de nós mesmos.  
Jamais desistir de ser feliz!  
Pois “a vida é um espetáculo imperdível”. (Sílvio Paes Lopes)  
“Que a vela da esperança nunca se apague dentro de nós”.

### 3 DINÂMICAS DO SER

Na tentativa de descrever e perceber cada pessoa dentro de sua singularidade, embora tenha me utilizado do diário de campo das vivências, bem como do caderno de percepções singulares das participantes, posteriormente, o instrumento analisado foram os poemas, onde o conteúdo foi compreendido seguindo o método fenomenológico proposto por Giorgi (1985) e Comiotto (apud ORMEZZANO; TORRES, 2003). Segundo esses estudiosos, a aplicabilidade desse processo se dá por meio de cinco etapas:

**1º O sentido do todo:** nesta primeira etapa, é de fundamental importância a linguagem, cabendo ao pesquisador compreendê-la nas vivências desenvolvidas no decorrer da oficina, gravar as falas e, posteriormente, transcrevê-las.

**2º As unidades de significado:** após a visão do todo, por meio da descrição do fenômeno, partimos para a redução fenomenológica. Nesta etapa, é de suma importância a percepção. As unidades emergem como consequência da análise e são espontaneamente percebidas durante a releitura do diário de campo e do diário individual.

**3º Transformação das unidades significativas em linguagem psicoeducativa:** precisamos estar abertos e sensíveis ao que está sendo mostrado pelas participantes da pesquisa, pois estas revelam seus mundos vividos, sendo preciso neles mergulhar até atingir sua essência.

**4º Síntese das estruturas de significado:** nesta síntese, procuramos intuir as essências que aparecem nas falas, considerando a síntese como a criação de algo novo, na qual se relacionam as percepções das participantes e da pesquisadora.

**5º Dimensões fenomenológicas:** esta etapa visa a compreender as dimensões de mais significância do fenômeno vivido, que foram aflorando no decorrer do trabalho e que compõem as essências.

Ao aplicar o método em relação aos poemas produzidos pelas participantes, cheguei às seguintes essências:

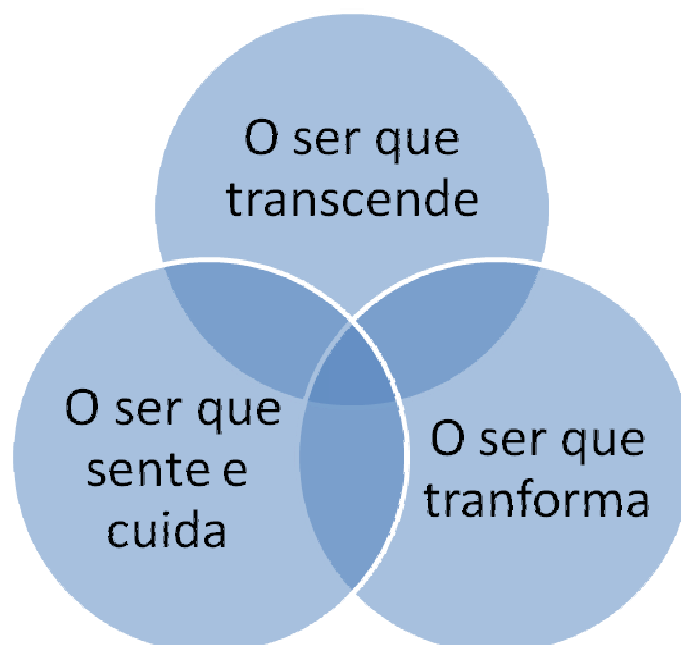


Ilustração 2. Essências que emergiram da pesquisa.

Cada uma das essências representadas na tríade constitui-se das seguintes dimensões:

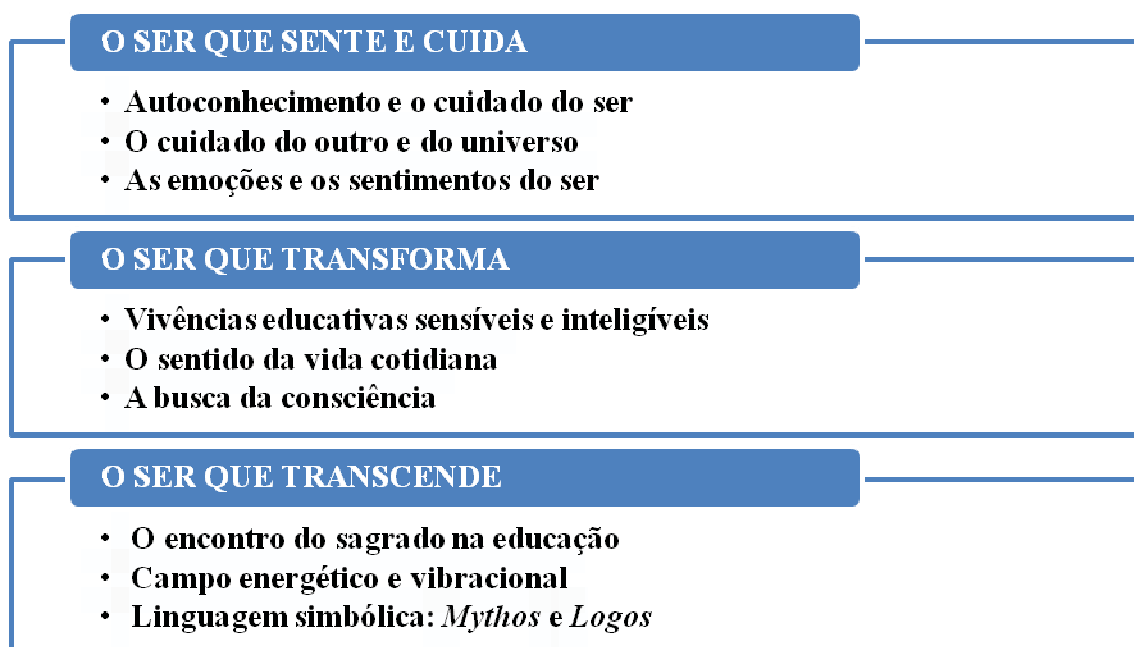


Ilustração 3. Dimensões que constituem as essências.

### 3.1 O ser que sente e cuida

Essa essência emergiu por meio da análise dos poemas, onde as participantes puderam expressar suas percepções singulares sobre o que significou sua participação na oficina de educação estética, direcionando-se as considerações referentes ao início do processo por elas vivenciado.

#### 3.1.1 Autoconhecimento e cuidado do ser

A vida moderna remete-nos, diretamente, ao apego material, de modo que o ser humano prima cada vez mais pelo ter. Em consequência disso, abre mão, muitas vezes, de valores essenciais que lhe permitem buscar um equilíbrio biopsicoespiritual. Tal condição instalou no homem/mulher uma alienação dos sentidos, levando-o a esquecer-se do ser e a negar a si mesmo. De acordo com Duarte Júnior (2001), a Revolução Industrial significou um radical processo de reeducação do corpo humano, visto que, para sentir-se pertencente à sociedade, esse corpo precisou adaptar-se a um esquema produtivo que se mostra indiferente as suas necessidades e ritmos vitais, isso tudo de maneira acelerada. Podemos perceber esse cenário quando analisamos o consumo inconsciente, o avanço desenfreado da ciência e tecnologia e o número crescente de pessoas doentes.

O corpo do operário, portanto, precisava mais e mais ser regrado e submetido ao ritmo industrial do trabalho. Toda energia devia ser canalizada para a produção, sem desperdícios fúteis e inúteis do ponto de vista da confecção de mercadorias. Festas e prazeres, assim, haveriam de ser reduzidas e controladas a fim de se economizar energia produtiva (DUARTE JÚNIOR, 2001, p. 48).

Compreendendo o drama do mundo moderno, considero fundamental pensar em uma antropologia que resgate o cuidado do ser há muito tempo deixado de lado em detrimento do ter. Na tentativa de situar historicamente a origem de nossa visão mecanicista do ser humano, não posso deixar de mencionar, também, a importância da Primeira Guerra Mundial em 1914, quando o vasto acervo técnico e científico passa a ser empregado não na emancipação do homem/mulher, mas sim para sua destruição, como bem nos lembra Duarte Júnior: “São incontáveis os refinamentos que a razão tecnocientífica produz em razão de destruir seu inimigo” (2001, p. 51). Esses valores, que deixaram de acontecer somente nos campos de batalha,

deslocam-se para as cidades, para o cotidiano humano. Essa breve citação do percurso do Modernismo consiste em mostrar que, além da inclinação acentuada do ter em relação ao ser, nos deparamos com uma pretensa exclusividade do intelecto sobre as formas sensíveis do saber ser. Temos aí uma visão do ser humano em sua dimensão bidimensional, corpo e mente.

Segundo Martins (2009), a modernidade desprezou a ontologia humana e estabeleceu, quase hegemonicamente, uma antropologia bidimensional mecanicista, cujo agir ético tem construído como base, ao longo dos séculos, uma pragmática utilitarista.

O homem moderno continua dando sentido às coisas, mas desvinculando da questão do ser, do seu cuidado ontológico e do ethos. Sendo assim, o homem na modernidade potencializou sua capacidade de dar sentido às coisas, inventando e reinventando com o uso da ciência, porém tem dificuldade de agir eticamente e não consegue dar sentido para sua própria existência, ao seu ser no mundo com sua temporalidade e angústia frente à finitude (MARTINS, 2009, p. 89).

Na experiência desta pesquisa, esses aspectos se mostraram latentes já no segundo encontro, quando características como a dificuldade de entrega e autoconfiança ganharam destaque na atividade de subida da escada. No momento em que precisaram prestar atenção em seu corpo, mesmo tendo chamado a atenção para que a experiência fosse vivenciada de maneira intensa, voltando a concentração para os pés e tornozelos, a maioria das participantes pareceu se preocupar com o desempenho, a agilidade e a finalidade da subida, de modo a perder o objetivo principal da vivência, que seria sentir o contato com o externo e consigo mesmas. Destaco da atividade o comentário de Héstitia sobre a dificuldade na subida da escada, porque esta não era reta, e ela desejava seguir sempre na mesma direção.

Afrodite, no terceiro encontro, em atividade relacionada à conscientização dos sentidos, socializou não ter degustado os alimentos, pois, na hora da atividade, só pensara em comer, acrescentando que age como se fosse um robô. Percebo, nessas socializações, a expressão de seres cujos corpos foram educados para seguir padrões, demonstrando dificuldades em sentirem a si mesmas e o ambiente em que estão inseridas.

Nesse contexto, o homem/mulher é visto como máquina, e a máquina só funciona bem, tem saúde, quando tem utilidade. Porém, se uma peça estiver com

defeito, basta consertar e tudo volta a funcionar; se não funcionar, deixa-se a velha de lado e substitui-se por uma nova. Com o ser humano, não funciona assim, embora estejamos presenciando essa tendência nos dias atuais, uma concepção de homem/mulher uni ou bidimensional enfermo, de um corpo tomado como máquina que necessita ser consertado ou substituído, não havendo espaço para sua educação ou reeducação. É o que expressa Duarte Júnior quando nos diz que esse modelo não leva em conta a doença como um “desequilíbrio nessa complexa e sutil teia de relações que constitui a existência humana” (2001, p. 61), cuja cura, na quase totalidade das vezes, seria mais eficaz se o ser humano reeducasse esse corpo para que pudesse viver em equilíbrio com as demais dimensões na vida cotidiana.

Ressalto, nesse ponto, o relato de Artêemis, que revelou nunca ter pensado em si e que agora está se conscientizando de seu corpo por meio dos processos educativos estéticos. Ao perceber que precisa fazer mais por ele, acrescentou estar apavorada, por ter passado uma vida sem dar-se conta de si mesma. Noto, nesse emaranhado de descobertas, que vários sentimentos, emoções e atitudes estão envolvidos, tais como coragem para reconhecer o que se deixou para trás, ousadia para mudar, serenidade na tomada de decisões, cuidado consigo e com o outro. Isso demonstra, enfim, ser necessário educar-se para o todo.

Cuidar do ser é abrir-se para uma nova visão existencial, que não seja mecanicista, fragmentada, do corpo-mente-espírito e de nossa percepção do mundo. Nessa medida, a humanidade necessita de uma visão totalizadora que harmonize e integre as partes e os segmentos em que a existência humana foi fragmentada.

Na percepção de Martins, a dimensão do cuidado é fundamental na busca de um equilíbrio no mundo da saúde, visto que o ser humano é um ser de cuidado, “[...] compreende sua responsabilidade de ser no mundo, cuja essência é o cuidado de si e de sua abertura para cuidar do outro além do aspecto meramente físico” (2009, p. 91). Assim, o cuidado é, nesse sentido, uma dimensão ontológica existencial. Diante das palavras de Martins, questiono-me se essa busca pelo equilíbrio no mundo da saúde não tem suas raízes diretamente voltadas ao universo da educação, uma vez que esta visão de corpo como mecanismo está profundamente arraigada em nossa cultura e nos foi ensinada na família, na escola, na vida cotidiana... Como não aprendemos a cuidar do ser, buscamos um especialista na área da saúde que possa consertar ou trocar as “peças” danificadas, e na maioria dos casos o profissional

tende a cuidar do corpo de forma desconectada do mundo dos sentimentos e pensamentos humanos.

Duarte Júnior nos alerta, quanto a isso:

Não aprendendo a ter maior consciência do nosso corpo, de modo a ouvir seus apelos e o educar para uma vida mais saudável, inevitavelmente concedemos a este especialista, o médico, a prioridade sobre as ações a serem realizadas sobre nós quando de uma enfermidade. Assim, a maioria dos pacientes não entende muito bem a complexidade de seu organismo, pois foram condicionados a acreditar que só o médico sabe o que os deixou doentes e que a intervenção tecnológica é a única coisa que os deixará bons de novo (2001, p. 17).

Como podemos, então, nos educar, desenvolver um autocontrole e autocuidado para que possamos encontrar esse equilíbrio tão desejado? Penso que conhecer nossas necessidades multidimensionais – físicas, psíquicas, espirituais, culturais – possa ser um primeiro passo. Porém, não vejo como tocar nesse assunto sem dar ênfase a uma educação do sensível, desenvolvida, neste caso, por meio de processos educativos estéticos que capacitem o ser humano a sentir a si próprio e ao mundo num todo integrado, não voltando a atenção para a quantidade de informações transmitidas, mas sim para a qualidade do processo de formação e transformação das participantes da oficina.

Reporto-me, assim, às palavras de Gaia, quando mostrou sua máscara negra, na qual pintou lágrimas da infância, expressando o desejo por mudança, por ser livre. Cabe lembrar, nesse ponto, o que Chevalier e Gheerbrant dizem com propriedade: “A máscara preenche também a função de agente regulador da circulação (sendo mais perigosa na medida em que é invisível) das energias espirituais espalhadas pelo mundo” (2002, p. 597). Na socialização da participante, posso sentir o peso que carrega um ser educado para trabalhar como máquina num mundo capitalista. Isso fica mais evidente quando pergunto o que gostaria de mudar em sua vida e ela responde: “sair do emprego, mudar de namorado e de cidade. Mudando isso seria feliz... Tudo por causa do maldito dinheiro”.

Já de acordo com o que lemos nos versos sobre o que significou para ela a oficina de processos educativos estéticos, a proposta de uma educação voltada ao sensível parece ter alcançado seu objetivo. Assim está escrito no seu poema: “A oficina de atividades foi para mim uma bênção/ Aprendi a lidar com sentimentos e emoções/ [...] A sentir a energia das pessoas/ [...] Ter uma integração total do



aspecto físico ao espiritual/ Nos trazem uma melhor percepção e entendimento sobre nós próprios”.

O peso inicial de sua máscara negra é arrebatado pelo poder transformador e, sutilmente, substituído pela leveza de seus versos. Isso nos mostra que existe a possibilidade de cuidar de si e controlar-se, mesmo numa coação muitas vezes silenciosa de um sistema capitalista, desde que seja reconhecida a necessidade de uma visão de educação integral; caso contrário, dificilmente acontecerá o cuidado de si e o cuidado do outro, assim como o da natureza também estará comprometido.

De fato, o autoconhecimento é um caminho árduo que passa pelo conhecimento do corpo físico, psíquico e se articula ao espiritual, caminho que leva ao equilíbrio, em que o ser se despoja de suas máscaras e encontra, enfim, o seu rosto.

### **3.1.2 O cuidado do outro e do universo**

O ser humano quando nasce é recebido pelo universo. Inicialmente, a mãe é responsável por cuidá-lo, garantindo-lhe segurança e proporcionando-lhe recursos necessários para sua sobrevivência de maneira amorosa, embora muitos não tenham acesso a essa afetividade. Mais tarde, o sujeito vai formando alianças que vão além da unidade familiar, constrói e estabelece relações com o outro e com o universo, sendo a comunidade e ele próprio responsáveis pelo cuidado do ser e do mundo que habita.

Naturalmente, o homem/mulher procura construir um abrigo para proteção de seu ser. Como destaca Martins (2009), é assim que o homem começa a “dominar” a natureza. Habitando um ambiente que lhe é hostil, mas não o destrói, ele busca dar sentido às coisas e a sua própria vida, desenvolve suas capacidades técnicas e cognitivas e as põe em ação na construção de seu lugar no mundo. Nessa teia de relações, seu primeiro instinto é cuidar do outro unido ao cuidado de si mesmo e, não podendo viver em estado de isolamento, procura fazer parte de um grupo.

O homem é também um ser para o outro, pois está em relação direta com os seres da mesma espécie dentro do mesmo mundo e com as mesmas capacidades. Nessa relação acontecerá primordialmente a construção do *ethos*. O *ethos* varia muito entre os grupos culturais porque cada um, influenciado pelo seu *ser no mundo* no sentido dado às coisas, estabelece relações próprias, portanto a morada segura do ser terá variações de acordo com as relações interpessoais e com as coisas no sentido dado a elas (MARTINS, 2009, p. 88).

O que posso entender, então, é que o homem/mulher é um ser capaz de escolher cuidar de si e do outro. Porém, pode escolher fugir dessa responsabilidade, perdendo o sentido de ser no mundo, podendo ver o outro e a natureza somente como objetos. Penso que este seja o cenário atual no qual estamos construindo nossa história. Num mundo moderno, capitalista e consumista, movido pelo desejo e interesse material, a preocupação com o cuidado do ser – de si, do outro e do universo – perdeu a importância e tornou-se, como afirma Martins, um tirar proveito ao máximo de tudo. E essa é uma atitude egoísta que coloca em jogo a própria vida e o sentido de nossa existência.

O homem sente-se isolado no cosmos porque, já não estando envolvido com a natureza, perdeu sua “identificação emocional inconsciente” com os fenômenos naturais. E os fenômenos naturais, por sua vez, perderam aos poucos as suas implicações simbólicas. O trovão já não é a voz de um deus irado, nem um raio seu projétil vingador. Nenhum rio abriga mais um espírito, nenhuma árvore é o princípio de vida do homem, serpente alguma encarna a sabedoria e nenhuma caverna é habitada por demônios. Pedras, plantas e animais já não têm vozes para falar ao homem e o homem não se dirige mais a eles na presunção de que possam entendê-lo. Acabou-se o contato com a natureza e com ele foi-se também a profunda energia emocional que esta conexão simbólica alimentava (JUNG, 2002, p. 95).

O ser humano interfere na natureza e vai construindo seu lugar no mundo. Interage com os outros e com o cosmos, desde que começou a dominar objetos e construir instrumentos. Isso representou, sem dúvida, uma evolução para a humanidade, porém o modo como o homem/mulher vem utilizando tais instrumentos tem sido um problema, haja vista que ele domina e explora seu próprio habitat. Nessa sua orgulhosa pretensão, não se dá conta de que é vítima, já que não aprendeu a dominar nem a si mesmo. Faz da natureza sua escrava, e esta, como não é submissa ou muda, vem respondendo ao que com ela foi feito durante séculos. Como bem recorda Jung: “De maneira lenta, mas fatal, atraímos o desastre” (2002, p. 101). O homem parece ter esquecido o que Afrodite nos lembra com grande propriedade em seu poema: “[...] Na natureza se encontram os segredos

mais sutis/ Os das energias que estruturam o cosmos e o homem”. Nesse sentido, o ser na natureza sobrevive, mas também nela aprende o caminho para dentro de si e do outro, unificando aquilo que se é com o lugar onde se está. Para a participante, esse encontro do ser na sua morada não é uma utopia e deixa isso claro em suas palavras: “[...] Se estivermos atentos, somos capazes de captar energias/ Das florestas, cachoeiras, rochas, templos antigos e pessoas./ Todas as formas de vida,/ Desde o mineral ao vegetal,/ E essa conexão vai além do material...”. Afrodite acredita que na natureza há algo a aprendermos, algo que faz parte de nossa essência, algo que as rochas, as plantas, os animais já sabem: estar em silêncio e estar em contato, também a importância de sermos nós mesmos, de estarmos unificados e simplesmente descansarmos no ser.

Empreguei o termo “utopia” acima, porque nos dias atuais o cuidado de si, do outro e do universo parece muito distante da realidade. Contudo, nela percebo uma possibilidade de movimento do ser humano em busca de seu equilíbrio biopsicoespiritual. Com essa mesma visão, Martins nos mostra a capacidade que a utopia tem de fazer o homem evoluir: “Cada vez que dou um passo para perto da utopia, ela se afasta dois, quando dou dois ou três, ela se afasta dez. Então, para que serve a utopia? Para isso: fazer andar” (2009, p. 96).

Diante disso, questiono-me: para onde andar, uma vez que o homem/mulher parece estar perdido em um complexo labirinto de um mundo cheio de problemas? A educação, nesse momento de complexidade e incertezas, precisa estar atenta às possibilidades que respondam a suas necessidades, lançando-se aos desafios que se apresentam, articulando caminhos para que o ser possa entender o sentido e o significado de sua vida neste planeta.

Na natureza, o ser humano tem sofrido diante da violência do mundo mecanicista, encontrando dificuldade em lidar com seus próprios sentimentos, faltando-lhe amor ao próximo e a si mesmo. O amor impele o homem/mulher ao cuidado do ser, porém até mesmo esse sentimento vem sendo instrumentalizado, perdendo seu sentido. Na busca desenfreada pelo prazer, o sujeito, de forma utilitarista e descartável, apoderou-se dele para usar o outro, equiparando-o a um objeto. Enquanto este lhe proporciona prazer, permanece próximo; quando se satisfaz, procura outro. Fromm, no livro *A arte de amar*, escreve com muita clareza sobre o significado do amor que aqui tento expressar:

O amor não é, primacialmente, uma relação para com uma pessoa específica; é uma atitude, uma relação de caráter, que determina a relação de alguém para com o mundo como um todo, e não para com um “objeto” de amor. Se uma pessoa ama apenas a uma outra pessoa e é indiferente ao resto de seus semelhantes, seu amor não é amor, mas um afeto simbiótico, ou um egoísmo ampliado. Contudo, a maioria crê que o amor é constituído pelo objeto e não pela faculdade (FROMM, 1995, p. 50).

O amor é fundamental para a harmonia do ser, e não podemos falar nesse tema sem pensar em cuidado. Afinal, este passa a ser critério para qualquer atitude referente ao mundo, às relações sociais e pessoais, pois reconhece os limites do outro e da natureza. Pensando sobre isso e buscando uma relação com as vivências desenvolvidas na oficina, entendo que nossos encontros foram pautados pelo respeito mútuo, tendo o amor sido um agente transformador na caminhada rumo ao autoconhecimento. Podemos compreender essa frase na socialização de Deméter e Perssefone, quando dizem que estão mudando, vendo as pessoas que estão ao seu lado como são, respeitando os seus limites e os limites delas mesmas. O mesmo é válido para as situações em que todas as participantes abraçam-se e despedem-se com uma frase que se consolidou no decorrer da oficina: “Amo você!”.

Se a vida humana precisa ser cuidada, podemos buscar vivê-la de forma solidária, respeitosa e justa entre os humanos e nossa casa comum, para que o Eu possa se expressar e o ser encontrar sua plenitude no plano terreno, passando a conviver consigo e com todas as consciências do universo. Por isso, penso que seja urgente e necessária uma educação que contemple o sensível, que esteja diretamente ligada à estética, que apresente novas formas de ser e estar no planeta. Para isso, entretanto, precisamos considerar o humano em todas as suas dimensões, sem esquecer seus sentimentos e suas emoções.

### **3.1.3 As emoções e os sentimentos do ser**

Compreendo que no processo educativo cotidiano não existe uma aprendizagem meramente cognitiva ou racional, pois o ser humano não deixa seus aspectos afetivos, parte integrante de sua personalidade, fora de suas vivências. Assim, quando interage com o outro, com a natureza ou com o próprio conhecimento, seus sentimentos, emoções e afetos, mesmo enquanto pensa, fazem-se latentes.

O corpo é nossa realidade básica que luta continuamente para atingir o equilíbrio. Porém, na vivência do dia a dia, o ser vai se revelando em sua inteireza, desvelando os mistérios que relacionam as emoções ao corpo e os sentimentos à mente. Instigada pelos versos de Afrodite – “A arte da vida é escrita... Traçada em alegrias e tristezas!” – e envolvida pela curiosidade, na tentativa de compreender as dores e os prazeres vivenciados pelas participantes da oficina, encontrei em Antônio Damásio (2004) a referência que tanto busquei.

Na perspectiva do autor, os sentimentos são a expressão do florescimento ou do sofrimento humano, na mente e no corpo. Para ele, as emoções precedem os sentimentos, pois foram construídas com base em reações simples que promovem a sobrevivência de um organismo e que foram adotadas facilmente pela evolução. A emoção é uma coleção de respostas químicas e neurais que formam um padrão distinto. Assim, quando um objeto ou acontecimento, cuja presença seja real ou lembrada, desencadeia as emoções, as respostas são automáticas. O resultado dessas respostas é uma alteração temporária no corpo e no estado das estruturas cerebrais que mapeiam esse corpo e sustentam o pensamento. Conforme Maturana, as emoções surgem como disposições corporais que especificam domínios de ação: “Todas as ações humanas acontecem num espaço de ação especificado estruturalmente como emoção” (2001, p. 45). Ampliando tal perspectiva, Damásio afirma que:

A emoção é uma perturbação do corpo, por vezes é uma verdadeira convulsão. Em paralelo com a agitação corporal, as estruturas cerebrais que suportam a criação de imagens e que controlam a atenção mudam também. Em consequência algumas áreas do córtex cerebral parecem menos ativas enquanto outras aumentam sua atividade (2004, p. 72).

Poderia, aqui, percorrer um vasto território sobre as emoções. Contudo, devo complementar esse cenário, falando também sobre os sentimentos, cujo significado abre a porta para uma nova possibilidade: o controle voluntário daquilo que até então era automático. Compreendo, nessa teia de pensamentos e sentimentos, não somente o estado do corpo, mas um estado de espírito, não somente um bem-estar, mas um bem-pensar. O sentimento, nesse enfoque, é uma percepção de certo estado do corpo acompanhada pela percepção de pensamentos e do modo de se pensar. Tento explicitar melhor citando Damásio:

Em muitos exemplos de sentimento, o processo não é de todo simples. Para além das imagens do corpo que dão ao sentimento o seu conteúdo distinto, temos que incluir a representação da forma de pensar que acompanha a percepção do corpo, bem como a percepção dos pensamentos que concordam, em matéria de tema, com o tipo de emoção que estamos sentindo. Nessas ocasiões é bem correto dizer que, quando temos a experiência de um sentimento positivo, a mente representa mais do que bem-estar, a mente representa bem-pensar (2004, p. 96).

Após as considerações de Damásio sobre os sentimentos positivos, não posso deixar de mencionar os negativos, uma vez que, no quarto encontro da oficina, na atividade de improvisação, os momentos traumáticos ganharam destaque e nenhuma das participantes compartilhou uma vivência sequer que envolvesse sentimentos e emoções como alegria e contentamento. Sentir tristeza não diz respeito somente ao mal-estar, mas também a um modo ineficiente de pensar. Logo, pensar e sentir são ações indissociáveis, o que correspondeu a uma de minhas preocupações no decorrer da oficina. Por isso tentei transpô-la para o campo da educação, questionando-me a respeito do dualismo no pensamento ocidental, na direção de integrar dialeticamente cognição-afetividade-razão-emoção-corpo-mente. Nessa perspectiva, o neurologista Antônio Damásio (2004) postula a existência de uma forte interação entre a razão e as emoções, defendendo que os sentimentos e as emoções são uma percepção direta de nossos estados corporais e constituem um elo essencial entre o corpo e a consciência. Tal elo, aliás, mostra-se evidente nos versos de Héstia: “[...] Usar as lágrimas, tristezas, desencontros, perdas.../ Para fertilizar a sabedoria e a inteligência./ Usar falhas, dores para construir a serenidade./ E assim nunca desistir de nós mesmos [...]”.

Diante das percepções singulares de Héstia sobre o que significou para ela a oficina, fica a certeza de que não devemos mais admitir as polarizações entre o campo da racionalidade e da afetividade presentes nas explicações que dissociaram corpo e mente ao longo da história. Na mesma concepção de Damásio, Héstia nos possibilita compreender que, assim como a organização de nossos pensamentos influencia nossos sentimentos, o sentir configura nossa forma de pensar.

Os processos educativos estéticos desenvolvidos na oficina possibilitaram às participantes compreender seus sentimentos e seus pensamentos, buscando por meio deles um autoconhecimento transformador que substituiu os sentimentos negativos destacados com intensidade no quarto encontro pelos sentimentos positivos na socialização do oitavo encontro, ressaltando, assim, que emoções e

sentimentos não são obstáculos a serem evitados, como sugerem algumas teorias. A educação pode transformar os conflitos do cotidiano em instrumentos valiosos na construção de um espaço autônomo de reflexão e ação que permita ao ser humano enfrentar, autonomamente, seus conflitos pessoais e sociais.

Apoiando-me nas palavras de Perssefone, que ao se olhar no espelho disse ter visto uma pessoa feliz, serena, que se libertou das tristezas, da solidão e das angústias após cuidar de si e se autoconhecer – sentimentos positivos, aliás, compartilhados por todas as participantes –, sinto-me encorajada a afirmar que uma educação afetiva pode levar as pessoas a se conhecerem e a compreenderem melhor suas próprias emoções, as pessoas e o universo com o qual interagem. Assim procedendo, conseguem encarar a vida e seus conflitos cotidianos internos e externos, numa perspectiva diferente daquela que Héstia antes de participar dos encontros disse estar envolvida: “Viver na inércia, anestesiada./ Sentimento de insegurança, angústia, medo./ A dor que sufoca, o peso...”.

Minha visão sobre esse fato vai ao encontro da de Fromm (1995), quando lembra que, além do autoconhecimento como agente transformador na vida humana, para obtermos uma resposta mais completa sobre as relações interpessoais, com o universo e conosco, precisamos ter como combustível necessário o sentimento de amor. Em suas palavras: “Sem amor, a humanidade não poderia existir um só dia” (1995, p. 29). Refere-se o autor ao amor como resposta amadurecida ao problema da existência, chamando nossa atenção para as diversas formas de manifestá-lo: uma união simbiótica biológica, como na relação entre a mãe grávida e o feto, em que um necessita do outro, a mãe alimenta-o, protege-o, mas a sua própria vida é acrescida por ele. Também existe a forma passiva da união simbiótica, a saber, a de submissão ou masoquismo, em que a pessoa masoquista foge do sentimento de isolamento e separação e torna-se parte e porção da outra pessoa, que a dirige, guia, protege, em suma, é seu oxigênio. Há, ainda, a forma ativa de união simbiótica, o sadismo. A pessoa sadista quer escapar da solidão e sensação de encarceramento, fazendo de outra pessoa parte ou parcela de si mesma. A diferença está em que a pessoa sadista ordena, explora, fere, humilha, ao passo que a masoquista é mandada, explorada, humilhada.

Em contraste com a união simbiótica passiva e ativa, o amor amadurecido do qual trata Fromm se dá sob a condição de preservar a integridade própria:

O amor é uma força ativa no homem; uma força que irrompe pelas paredes que separam o homem de seus semelhantes, que o une aos outros; o amor leva-o a superar o sentimento de isolamento e de separação, permitindo-lhe, porém, ser ele mesmo, reter sua integridade. No amor, ocorre o paradoxo de que dois seres sejam um e, contudo, permaneçam dois (1995, p. 32).

Falar de amor e trazer Fromm para o diálogo parece-me pertinente, tendo em vista que nossos encontros foram marcados por esse sentimento, fato é que a frase “amo você!” consolidou-se no grupo, despertando-me interesse em saber de que amor estávamos falando. Que tipo de sentimento foi esse que se concretizou de forma tão intensa no decorrer da oficina? Teria sido esse o sentimento desencadeador de outras emoções e sentimentos que fizeram Héstia romper com inércia na qual vivia e ser tomada pela transformação? Como afirma: “De repente... a ousadia, coragem,/ Força para abrir as janelas do coração, da inteligência para.../ Olhar para dentro de si mesmo./ Perceber que não se está sozinho./ Deixar os medos e as angústias para trás. [...]”.

Considerando o amor como a preocupação ativa pela vida e pelo crescimento daquilo (e daquele) que amamos, como descreve Fromm (1995), noto, com clareza, que houve, sim, um crescimento de todas as participantes da oficina e em mim mesma como ser humano e pesquisadora. Além disso, o amor amadurecido sobre o qual discorre o autor, atrelado ao conhecimento, permeou nosso mergulho na experiência de união transformadora.

### **3.2 O ser que transforma**

Essa segunda essência foi se configurando à medida que as percepções singulares encontradas no poemas das participantes evoluíram das dimensões de conhecer, sentir e cuidar de si, do outro e do universo, compreendendo as emoções que lhe tomam o corpo e os sentimentos que lhe inundam a alma, para outras dimensões. Falo, aqui, de dimensões capazes de fazê-las transformar partes e todo, ao mesmo tempo, numa teia na qual experiências sensíveis e inteligíveis lhes possibilitaram dar sentido à vida por meio de uma tomada de consciência.



### 3.2.1 Vivências educativas sensíveis e inteligíveis

Faço referência, nesse tema, à capacidade humana de aprender a realidade de modo consciente, organizado e sensível. Tal fato o filósofo Merleau-Ponty (1999) demonstrou em sua obra, com o objetivo de compreender as questões sensíveis que envolvem a nós e ao mundo, tudo aquilo que nos é acessível por meio dos órgãos dos sentidos e é captado pelo corpo. Porém, o autor nos lembra que essa organização já carrega em si um significado, um sentido. Volto, assim, minha atenção sobre as bases de todo processo educacional. Assim como Merleau-Ponty, Duarte Júnior reforça que:

De pronto e ao longo da vida aprendemos sempre com o “mundo vivido”, através de nossa sensibilidade e nossa percepção, que permitem [que] nos alimentemos dessas espantosas qualidades do real que nos cerca: sons, cores, sabores, texturas e odores, numa miríade de impressões que o corpo ordena, na construção do sentido primeiro. O mundo, antes de ser tomado como matéria inteligível, surge a nós como objeto sensível (2001, p. 12).

Nessa perspectiva, o sensível é aquilo que pode ser percebido pelos sentidos, assim como podemos compreender que o inteligível é um objeto do intelecto. Nessa reflexão, dou atenção a uma educação do sensível, dos sentimentos, denominada, em minha pesquisa, como educação estética e desenvolvida por meio de processos educativos estéticos, sem ignorar sua função primordial, já citada anteriormente, que indica a capacidade do ser sentir a si e ao mundo num todo integrado. O exposto parece-me bem pertinente quando compreendo os versos de Afrodite: “Na ciranda da sobrevivência experimentamos sabores.../ Amargos, azedos, mas também degustamos o doce da existência,/ A mágica da vida!”. Desse modo, o que me interessa, aqui, são as inúmeras possibilidades e formas de expressão da vida cotidiana, que consiste num complexo universo de percepções.

Nessa teia de percepções, o ser humano vai se formando cognitivamente e construindo seu mundo. Na expressão de Capra:

A cognição [...] não é a representação de um mundo que existe independentemente e por si, mas antes a contínua produção de um mundo através do processo de viver. As interações do sistema vivo com seu ambiente são interações cognitivas, e o próprio processo de viver é um processo de cognição. Nas palavras de Maturana e Varela, “viver é conhecer”. À medida que o organismo vivo segue seu próprio caminho de modificação estrutural, cada uma das mudanças que compõem este caminho corresponde a um ato cognitivo, o que significa que aprendizado e desenvolvimento não passam de dois lados da mesma moeda (2005a, p. 52).

Saber perceber a si e ao mundo consiste em estabelecer vínculos mais sensíveis que possibilitem a formação cognitiva humana, base de seus valores éticos, estéticos, políticos... Enfim, valores que lhe permitirão ser autônomo. Nesse sentido, questiono-me: como integrar conhecimento inteligível ao saber sensível para a formação de pessoas mais plenas e inteiras num mundo mecanicista, onde, mais do que nunca, é preciso possibilitar ao ser humano experiências diferentes daquelas que a vida moderna lhe proporciona, educando seus sentidos para que perceba e pense a realidade? Todas as atividades desenvolvidas no decorrer da oficina tiveram essa proposta, pois acredito nas palavras de Duarte Júnior, quando defende ser possível, nos dias atuais, educar sensivelmente o humano:

É tempo ainda de retificar o percurso, de corrigir nossos erros; e o que se afigura como o principal agora é o fato de essa razão pura, transfigurada em razão instrumental, ter se tornado a razão por excelência, ignorando e desprezando outras maneiras de se saber o mundo. A proposta, pois, consiste numa ampliação nos modos academicamente aceitos de se conhecer a vida. Consiste numa discussão acerca da transdisciplinaridade, na medida em que esta aponta justamente na direção de um entendimento mais amplo da vida e do mundo, na direção de uma razão alargada e mais plena de humanas capacidades (2001, p. 33).

O saber do corpo separado do saber da mente, o saber sensível dissociado do conhecimento inteligível, segundo Duarte Júnior, contribuiu para a crise da modernidade. A racionalidade moderna silenciou os saberes do corpo que permitem o ser humano conhecer a si mesmo, de modo que precisamos, hoje, deixá-los emergir, para que se amplie nossa sensibilidade e percepção. Em sua obra *O sentido dos sentidos: uma educação para o sensível*, mais precisamente no terceiro capítulo, Duarte Júnior (2001) distingue o saber do conhecer, esclarecendo que o primeiro está associado ao sensível e se elabora com base nas experiências sensoriais transformadas em aprendizagens significativas, ao passo que o segundo se refere ao inteligível, compreendendo o intelecto pela razão. O autor destaca,

ainda, que o saber sensível, nossa primeira forma de apreensão do mundo, aliado à expressão por meio da arte, constitui uma das possibilidades transformadoras da existência, pois promove e desenvolve as percepções da realidade vivida e refletida.

Capra (2005a) também afirma a eficácia da arte para desenvolver e refinar a capacidade natural dos seres, a fim de que possam se expressar e se conhecer. O autor salienta que a arte pode ser um instrumento poderoso para ensinar o pensamento sistêmico, além de reforçar a dimensão emocional e sentimental, conduzindo o ser humano em sua caminhada de transformação.

Acreditando na viabilidade de uma educação equilibrada entre saber sensível e conhecimento inteligível, compreendi que essa integridade contribuiu tanto para as relações interpessoais no grupo, quanto para a criação, a transformação de princípios e para um saber viver, fundamental na formação humana. Segundo Artêemis, o significado da experiência vivenciada na oficina a fez compreender que: “[...] Olhar para si é amar-se./ Fazer novos amigos é fortalecer-se./ Abandonar velhos hábitos é respeitar-se./ Conhecer a si mesmo é renascer [...]”. Sua percepção inclui todos os aspectos mencionados até agora, do autocuidado ao cuidado do universo, das emoções do corpo e sentimentos da alma ao saber sensível e ao conhecimento inteligível. Tudo, portanto, é alquimia, onde o tão buscado equilíbrio do saber viver se transforma a cada dia.

Não quero aqui lançar um olhar casual sobre as experiências subjetivas, haja vista que apliquei uma metodologia que me permite intuir as essências que emergem na fala das participantes, considerando a síntese como a criação de algo novo, na qual relaciono suas percepções singulares às minhas, como pesquisadora. Foi nesse sentido que busquei desenvolver atividades envolvendo exercícios psicofísicos e meditação originada no oriente, cujo contexto cultural, aliás, não dissocia saberes sensíveis do conhecimento inteligível, de forma que corpo e mente interagem para uma tomada de consciência como processo cognitivo que surge espontaneamente. Como bem lembra Héstia, afinal, “[...] A vida é um espetáculo imperdível [...]”.

Na qualidade de ser humano, o homem/mulher não se limita a perceber sua subjetividade e tomar consciência de si. Ele/ela também pode pensar e refletir, formulando seus juízos e valores, mas para isso precisa tomar como objeto tanto seu corpo como sua mente, tornando-se sensível e inteligível, por meio da linguagem em todos os seus aspectos. Além disso, Capra (2005a), amparado em

Maturana e Varela, avalia que o mundo que todos nós vemos não é o mundo, mas *um* mundo criado por nós em conjunto com outras pessoas. O autor conclui, então, que coordenamos nosso comportamento pela linguagem e, juntos, criamos ou produzimos nosso mundo.

Esse mundo tem por elemento humano central o nosso mundo interior de pensamentos abstratos, conceitos, crenças, imagens mentais, intenções e autoconsciência. Numa conversa entre dois seres humanos, nossos conceitos e ideias, nossas emoções e nossos movimentos corporais tornam-se intimamente ligados numa complexa coreografia de coordenação comportamental (CAPRA, 2005a, p. 68).

Na busca por compreender o significado do que estávamos produzindo nos encontros, ou o mundo que estava sendo construído com base nas experiências desenvolvidas na oficina, a socialização após cada atividade tanto possibilitou a expressão de percepções singulares quanto permitiu às participantes e a mim, como pesquisadora, tecer uma teia de novas percepções sobre nós mesmas e sobre o mundo, dando um novo sentido a nossa vida no planeta. Para elucidar essa fala, retomo algumas socializações dos encontros iniciais e suas percepções após o término da oficina.

Ao degustar uma semente de sabor amargo, Hera se lembrou da amamentação e que teve problemas com a mãe esquizofrênica, acrescentando nunca ter ganhado um abraço seu na vida, sentindo-se carente, fraca. Porém, em seu poema final, intitulado “Revitalização”, reflete sobre sua mudança comportamental: “Eu vivi.../ [...] Momentos de criar laços./ Momentos de desatar nós./ [...] Pra recomeçar de novo e sempre.../ Agora mais forte”. O ser fragilizado que se apresenta inicialmente dá lugar a uma personalidade fortalecida.

Artêmis chamou a atenção para o gosto picante, dizendo que em momentos picantes era travada como mulher. Em seu poema final, sob o título “Renascimento”, deixa clara sua transformação: “[...] Conhecer a si mesmo é renascer./ [...] Renascer como mulher”.

Os exemplos de Hera e Artêmis estão diretamente ligados à atividade desenvolvida no segundo encontro sobre a consciência oral e o saber sensível, comparados com suas percepções singulares, parte integrante do poema final, onde puderam refletir sobre suas vivências. Assim como elas, as demais participantes

evidenciam em suas palavras tal transformação e estas vão aparecendo em meu trabalho gradativamente.

O que destaco aqui é a importância da oficina de processos educativos estéticos na redução da dicotomia estabelecida pela modernidade entre o inteligível e o sensível, abrindo espaço para um equilíbrio entre conhecimento e sabedoria. Alerto, contudo, que as significações sensíveis da realidade não foram eliminadas, mas integradas às percepções inteligíveis, ultrapassando, dessa maneira, a noção de conhecimento fragmentado imposto pela educação moderna, ampliando a possibilidade de se compreender o sentido da vida e do ser.

### 3.2.2 O sentido da vida cotidiana

A questão do sentido da vida cotidiana, assim como do sentido da existência, está inteiramente ligada a todos os temas tratados nesta pesquisa e às atividades desenvolvidas no decorrer dos encontros. Em relação a todo esse emaranhado de teorias e práticas, de viver o conhecimento e conhecer a própria vida, destaco como elemento latente de meu trabalho o vínculo evidente entre educação e saúde. Nesse sentido, encontrei em Martins (2009), assim como na antropologia essencial de Jean-Yves Leloup (1998), inúmeras referências a essa afinidade. Ambos os autores resgatam em seu discurso a antropologia desenvolvida pelos terapeutas de Alexandria, que compreendem o ser humano sem dissociar seu corpo físico (*soma*) e sua mente (*psique*). Para os terapeutas do deserto, assim como eram conhecidos, a essas duas dimensões acrescenta-se mais uma, denominada *pneuma*, traduzida pela cultura judaico-cristã de espírito (*espíritus*), que é o sopro da vida, o espírito de Deus doador da vida. O *pneuma* perpassa todas as dimensões humanas e, desse modo, constitui o ser vivo presente no mundo.

O *pneuma* não nega nem reprime as outras dimensões, ele leva-as a um verdadeiro equilíbrio existencial, conseqüentemente à harmonia do homem, pois harmoniza o ser. O *pneuma* equilibra os instintos do *soma*, fazendo-se conhecer melhor e a ter autocontrole; assim acontece também com a *psique*, pois o *pneuma* faz com que o homem não seja vítima e objeto das suas próprias paixões e estados psicológicos patológicos; ele leva a pessoa a conhecer mais sua *psique*, sua alma e a ser sujeito das suas paixões, dominando-as e sabendo lidar melhor com elas para seu bem e o bem do outro (MARTINS, 2009, p. 90).

A antropologia dos terapeutas de Alexandria mostra que a cultura é parte importante no processo de dar sentido à vida, pois, conhecendo o universo, o homem/mulher desenvolve maior autoconhecimento, aprende a lidar melhor consigo e com os outros, constituindo sua autonomia e identidade. Afrodite demonstra, nos seguintes versos, ter entendido essa relação: “[...] Somos origem e semelhança de Deus,/ Temos plantados em nós.../ Grandes poderes [...]!”. A participante refere-se ao nosso poder autotransformador, aquele que descobrimos ao nos conhecermos, ao harmonizarmos corpo (*soma*) e mente (*psique*).

Outro aspecto digno de destaque nesse cenário é a importância de prestar atenção na saúde, também considerada pelos terapeutas do deserto, tendo em vista que esta pesquisa está ligada à integração harmoniosa de todas as dimensões do ser humano. Essa mesma visão é sugerida por Heidegger, quando afirma: “A minha saúde depende do sentido que eu dou a minha vida. Posso estar doente, posso sofrer, mas [se] minha vida tem sentido, eu posso transformar este sofrimento” (2002, p. 325).

Assim como Heidegger, Martins (2009) considera que as emoções e sentimentos negativos causadores de sofrimento também contribuem para o sentido maior dado à existência. Na sequência do poema de Afrodite, compreendemos melhor a frase acima: “Temos que sentir e agradecer pelas coisas boas,/ Também pelas ruínas,/ Porque fazem parte da evolução espiritual”.

Essa é, igualmente, a teoria defendida por Leloup (1998), lembrando que quem ainda não encontrou sentido para sua vida, uma educação integral, como a desenvolvida na oficina, permite uma abertura à busca de significado e sua manutenção. Tal reflexão é fundamental para essa busca, na medida em que o ser é um ser de cuidado em todos seus aspectos, o que, aliás, o faz livre para conduzir a sua vida. Na trilha desses pensamentos, continuo a citar Afrodite, que mais uma vez em suas palavras demonstra o significado dos processos educativos estéticos em sua trajetória: “[...] Nestes encontros semanais,/ Conhecemos um pouco de um mundo maravilhoso,/ Que está ao nosso redor./ E que está à disposição de todos/ E isso é maravilhoso e gratificante”.

Sem dúvida, o sentimento de gratificação experimentado pela participante agrega sentido e significado à vida humana. Afinal, organismo e meio, sujeito e mundo vão mudando juntos, num movimento de transformação que tem sua

validade numa conexão com o cotidiano, pois nele nos movemos de um caminho explicativo para outro, de um lado para outro em uma dinâmica de percepções.

Conforme Maturana (2001), os seres vivos não podem distinguir ilusão de percepção na experiência, sendo essa uma condição que o constitui. No entanto, quando se diz que um observador ou sujeito não pode fazer essa distinção, assume-se que é a operação desse sujeito que define a semelhança. O autor utiliza-se de dois conceitos para explicar essa incapacidade de distinção: o *erro* e a *mentira*. Segundo ele, quando se diz a uma pessoa “você mente”, o que se diz, de fato, é “no momento em que disse o que disse, eu tinha todos os motivos para pensar que o que dizia era válido”; quer dizer, “não sabia que o que dizia não era válido, mas o sei *a posteriori*<sup>19</sup>”, “sei em referência a outras experiências distintas daquela sob a qual eu fazia tal afirmação”. Quando alguém se equivoca na experiência, não se equivoca, mas, quando alguém mente, mente na experiência. Para o autor, isso é muito interessante, pois o equívoco é sempre *a posteriori*: “Nós não podemos distinguir, na experiência, entre verdade e erro. O erro é um comentário *a posteriori* sobre uma experiência que se vive como válida. Se não a viveu como válida, é uma mentira” (2001, p. 25). Além disso,

A distinção entre erro e mentira está relacionada com o fato de que na vida cotidiana sabemos que esta certeza sobre o acesso a uma realidade independente é questionável. Mas acreditamos que é questionável, porque o corpo nos limita, porque o nosso corpo é um instrumento ruim. Nossos órgãos sensoriais são um instrumento ruim, que não nos permite ter acesso à realidade como ela é, e construímos instrumentos acreditando que eles nos darão acesso à realidade como ela é (MATURANA, 2001, p. 44).

A explanação de Maturana convida-nos a desenvolver e aprimorar nossos sentidos, para que possamos nos aproximar da realidade tal como ela é, sem a necessidade de criar instrumentos. Foi pensando sob essa perspectiva que reservei a parte final de cada encontro para a socialização, permitindo a cada participante expor suas percepções sobre as vivências desenvolvidas na oficina. Mesma finalidade teve o poema escrito ao final de todos os encontros e que respondeu à pergunta-chave: “o que significou a oficina de processos educativos estéticos para mim?”. A ideia era que as participantes pudessem comentar, *a posteriori*, se a experiência vivenciada fora válida e se a viveram como válida ou não.

---

<sup>19</sup> *A posteriori* significa depois da experiência vivenciada.

Deméter, em sua autocompreensão, diante do espelho, comentou em alto e bom tom: “Vejo-me com os olhos bem abertos, não é tão triste a realidade”. Seu comentário está diretamente associado às palavras de Maturana (2001) sobre nosso corpo e nossos órgãos sensoriais, não de forma limitada, como cita o autor, mas de forma aprimorada naturalmente, em que a realidade da experiência vivida agregue sentido à existência humana.

No último encontro, pude sentir o que significou para essas mulheres participar da oficina, quando Héstia expressou em nome do grupo a gratidão por estarem se sentindo vivas, por terem aprendido a olhar para dentro e para fora de si de uma maneira diferente, agradecendo, também, pelas amizades construídas e pelo sentimento de amor fraternal que se constituiu. Com base nesses relatos, relacionados às teorias de diversos autores, observo que a vida humana precisa ser cuidada e que a educação tem papel fundamental na constituição e manutenção como realização do sentido existencial, num universo harmônico.

Diante disso, é preciso lembrar a concepção de homem/mulher direcionada à visão de ser humano na forma integral proposta por Leloup (1998), Maturana (2001), Martins (2009) e pelos terapeutas de Alexandria (LELOUP; BOFF, 2000). Nessa perspectiva, a existência é permeada pelo sopro vital, que liberta o sujeito das amarras da unidimensionalidade, cura-lhe as enfermidades, educa seus sentidos, permitindo-lhe ser conhecedor de si e da vida, oferecendo sentido à realidade, à existência. Destaco, enfim, que, na busca do sentido da vida, encontramos uma abertura à transcendência por meio da consciência de si, do outro e do universo.

### **3.2.3 A busca da consciência**

Minhas considerações transcritas ao longo deste trabalho evidenciam a compreensão do ser humano numa perspectiva biopsicoespiritual, envolto por uma teia de relações em que ele é parte e todo ao mesmo tempo. Parece-me clara, também, minha posição arbitrária a uma visão fragmentada do ser, pois critico, em vários momentos, aspectos propostos como antagônicos, quando esses, na verdade, são complementares. Nesse todo harmonioso e indivisível que tomo como proposta de educação, entendo essencial abordar, mesmo que de forma breve, a consciência humana.



Os encontros da oficina foram pautados por atividades que interligaram práticas orientais e ocidentais, as quais possibilitaram a caminhada das participantes em busca da consciência. Para tanto, encontrei na teoria de Ken Wilber (2007), na obra *Espectro da consciência*, esses dois enfoques utilizados pelo autor na abordagem da consciência.

Wilber (2007) descreve a consciência semelhantemente a um espectro eletromagnético, chamando atenção, porém, para o fato de que ela não é exatamente um espectro. O pensador e criador da Psicologia Integral procura esclarecer, em seu trabalho, a postura dos cientistas orientais e ocidentais. Em sua opinião, os cientistas orientais consideram que o ocidente volta-se a um mundo de ilusões, distanciando-se da espiritualidade, enquanto os cientistas ocidentais compreendem a mente oriental como regressiva. A abordagem de Wilber direciona-se a três principais níveis de consciência<sup>20</sup>: 1) nível do ego; 2) nível existencial; 3) nível da mente.

De acordo com o autor (2007), os enfoques ocidentais têm como objeto de compreensão os níveis do ego existencial, levando à visão de que o ser humano é um indivíduo existente em si mesmo e separado do todo. Os enfoques orientais, por sua vez, direcionam-se ao nível da mente, ultrapassando o egocentrismo do enfoque ocidental, voltando-se à transcendência do eu individual. O autor sustenta que a ciência e a filosofia do ocidente separam o conhecimento falso do verdadeiro; enquanto o oriente tenta chegar ao conhecimento absoluto, à verdade absoluta. Essas noções diferentes de realidade, existentes em cada um dos enfoques, conduzem a que se identifiquem e se construam noções distintas de psicopatologias. Ele acredita que cada enfoque pode ser desenvolvido separadamente, mas destaca que as contribuições seriam maiores se estes fossem utilizados de maneira complementar.

Trilhando o caminho da consciência no desenvolvimento da oficina, isso se mostrou evidente, principalmente no poema de Gaia: “[...] Há vários aspectos que consegui trabalhar,/ Ter uma integração total do aspecto físico ao espiritual,/ Relacionados harmoniosamente”, compreendo em suas palavras as contribuições

---

<sup>20</sup> Conforme Wilber (2007), o nível do ego é a faixa de consciência que compreende nosso papel, a imagem que temos de nós mesmos; o nível existencial envolve o nosso organismo total, compreende nosso sentido básico da existência de ser; o nível da mente corresponde à consciência mística e inclui a sensação de que nos identificamos com o universo. O nível do ego inclui a mente; o nível da existência inclui a mente e o corpo; e o nível da mente inclui a mente, o corpo e o resto do universo.

que as atividades unindo as filosofias orientais e ocidentais desenvolvidas de forma integral puderam lhe proporcionar.

A educação é um campo vasto para quem quer se descobrir, observar a si mesmo e, ao mesmo tempo, ser o objeto de observação. Entretanto, Wilber (2007) volta sua atenção a essa questão, quando compreende os modos de conhecer e sustenta que a busca pelo conhecimento produz o desconhecimento, pois são gerados nesse processo campos simbólicos para se explicar o que é conhecido. Esses campos, por sua vez, operam uma cisão entre o sujeito e o objeto, o pensador e o pensado, o conhecedor e o conhecido, criando-se, assim, uma visão dualista do conhecimento que acaba tornando o objeto falso em si mesmo.

Com o despertar do conhecimento simbólico *parece* ter surgido uma cisão no universo entre o conhecedor e o conhecido, o pensador e o pensado, o *sujeito* e o *objeto*; e nossa consciência mais íntima, conhecedora e investigadora do mundo externo, finalmente escapa do próprio domínio e continua como o Desconhecido, o Não-mostrado e o Indominável, do mesmo modo que sua mão pode agarrar um cem número de objetos mas nunca poderá agarrar-se a si mesmo, ou do mesmo modo que seus olhos podem ver o mundo mas nunca poderão ver a si próprios (WILBER, 2007, p. 26).

Para Wilber (2007), os modos de conhecer correspondem aos níveis da consciência, e a realidade é um modo particular de conhecer, revelada a partir de um modo não dual da consciência, ao qual chamamos de mente. Com essa percepção é possível, segundo o autor, juntar num só nível o observador-observado; ou seja, o sujeito e o objeto estariam fundidos e isso proporcionaria a superação do modo dualístico de conhecer, o que, por conseguinte, abalaria a própria noção de identidade, pois o objeto não seria mais estranho. Fazendo um retorno às tradições, ele mostra que o modo de conhecer que não faz a separação entre sujeito e objeto, mas que os integra, corresponde à mente.

A essa consciência não dual o autor denomina “*subjetividade absoluta*”. A partir disso, faz uma análise da subjetividade e trata do conceito eu-eu, a mente que pensa antes de pensar-se. Quando fala em mente como subjetividade, o autor não quer caracterizá-la como objetiva ou subjetiva, mas se refere a algo que mantém em harmonia o sujeito e o objeto. Nesse sentido, o autor defende que a separação entre sujeito e objeto é feita pelo espaço, que, ao criar a separação, conduz a que se pense que o eu subjetivo é real e que ele está separado dos objetos de percepção. Wilber afirma que isso é falso, pois o eu não é real, já que pode ser observado e

percebido. No momento em que se coloca o sujeito como algo separado, ele é apenas um complexo de elementos com os quais o homem se identifica, sendo apenas um pseudossujeito.

Leloup (2006) compreende, em sua teoria, que a realidade não é subjetiva, nem objetiva, é o “terceiro incluso” onde as duas dimensões imaginariamente se tornam uma só instância. “Nós construímos o real, ele é o encontro de um sujeito e um objeto; o Real é este encontro, o terceiro incluindo sujeito e objeto sem misturá-los, sem opô-los” (2006, p. 18).

Segundo Wilber, nossa visão precisa caminhar nessa direção:

Quando se cinde o universo em sujeito e objeto, num estado que vê e num estado que é visto, alguma coisa sempre fica de fora. Nessas condições, o universo “sempre se esquivará parcialmente a si mesmo”. Nenhum sistema observador pode observar-se enquanto observa. O vidente não pode ver-se vendo. Todo olho tem um ponto cego. É precisamente por essa razão que na base de todas as tentativas dualísticas só encontramos: Incerteza, Incompletude! (2007, p. 32).

Nessa mesma perspectiva, ele discorre sobre outra questão de fundamental importância para os seres humanos: vida e morte. Para o autor, o medo da morte é proveniente da separação que o ser produz entre o homem e o meio ambiente. Como não consegue compreender que a vida e a morte são uma coisa só, ele passa a temer a morte e a lutar contra ela. Esse é um aspecto forte que teve destaque no quarto encontro da oficina, quando, na atividade de improvisação, as participantes escolheram cenas traumáticas para serem representadas, em sua maioria cenas relacionadas à morte física de um ente querido. A atividade de interpretação passou a ser uma vivência, reduzindo a dicotomia entre o sujeito que observa e o objeto que é observado, entre o que observa e o que vive. Assim, a vivência possibilitou a integração sujeito-objeto, buscando expressar a totalidade de relações com a realidade.

Quando olhamos o mundo a nossa volta, percebemos que fazemos parte de uma ordem maior. É o que esclarece Capra, quando diz que cada uma das moléculas de nosso corpo já faz parte de outros corpos, vivos ou não, e fará parte de outros corpos no futuro: “Nosso corpo não morrerá, mas continuará perpetuamente vivo, pois a vida continua” (2005b, p. 82). Compreender que fazemos parte do universo nos faz sentir pertencentes, e esse sentimento de pertencimento, aliado a uma visão integral sobre a existência, pode dar um profundo sentido à

nossa vida. A ideia de Capra se mostra pertinente nas palavras de Perssefone: “Minha fé aumentou a cada encontro/ A certeza da vida após a morte se concretizou em mim./ É uma experiência inexplicável,/ Simplesmente sem palavras”.

A fundamentação teórica de Wilber (2007), associada às frases de Perssefone, leva-me a crer que a consciência pode ser experienciada para ser compreendida. Penso estar, pois, diante de um processo de expansão da consciência do sujeito que se funde ao universo, sentindo-se pleno, e nessa fusão o ser transcende.

### **3.3 O ser que transcende**

Essa terceira essência emergiu das inúmeras expressões voltadas ao sagrado encontradas nos poemas, das colocações relacionadas ao campo energético e vibracional e da linguagem simbólica que possibilita ao ser expressar sua experiência transcendente.

#### **3.3.1 O encontro do sagrado na educação**

Sabemos que a educação precisa interagir com diversas áreas do conhecimento. Porém, para que o ser humano possa entender o significado da vida neste planeta, a educação precisa transcender, dar espaço a uma ampliação da consciência. Não tenho dúvidas de que o resgate do sagrado na educação é tarefa inadiável e de que o verdadeiro aprendizado se dará quando o ser humano for iniciado na verdade de si mesmo.

Os valores construídos no decorrer da formação do homem/mulher compõem a essência do ser humano, permitindo-lhe manifestar sua divindade, revelando o que há dentro de si e relacionando tudo isso ao universo no qual está inserido.

Afrodite, em seu poema, revela que: “[...] O nosso corpo é uma máquina perfeita,/ Criada por Deus.../ Com muito amor!/ Somos origem e semelhança de Deus”. Miranda (2007), na mesma direção, ressalta que, desde o princípio do texto bíblico, o corpo humano é postulado como um território do sagrado, feito à imagem e semelhança de Deus. De acordo com o autor, o corpo não se trata apenas de um conjunto de órgãos, vísceras, fluidos e funções, mas de um organismo vivo dotado de atributos psíquicos e espirituais, levando em si mesmo uma consciência do

verdadeiro. “O corpo humano possui uma estrutura e uma unidade que vão além da própria matéria, realidade essencial da própria pessoa. É um santuário onde a sabedoria divina se torna visível” (MIRANDA, 2007, p. 12). Entende ele que o corpo se edifica tanto do ponto de vista biológico como espiritual, sendo a perfeição do ser a sua perfectibilidade. Isso acontece nos encontros místicos e amorosos com o divino, na meditação, no silêncio, na ação, na arte e nos sacramentos, e também se revela no sujeito pensante, onde a fé e a razão se purificam, aprofundam-se mutuamente num encontro de imensidades, porém o homem/mulher moderno não consegue mais visualizar os reflexos dos arquétipos divinos na geografia de seu corpo. Dito de outro modo, sua relação com seu corpo é marcada por uma surdez íntima sobre si mesmo. Artêemis num dos encontros desabafou: “Nunca pensei em mim e agora que estou me conscientizando do meu corpo percebo que preciso fazer mais por ele, estou apavorada por ter passado uma vida sem me dar conta de mim mesma”. Pertinente a essa questão, a meditação é apontada por Miranda como caminho para descobrir a realidade que vivemos: “A meditação evoca a ‘linguagem dos pássaros’, capaz de elevar a pessoa e de melhorar seu equilíbrio físico, espiritual e intelectual, como gozo do ser” (2007, p. 30).

Na mesma perspectiva, Wilber (2007) destaca que a eficácia da oração ou meditação reside em conseguir suspender todos os processos de pensamento em sua origem, antes que ocorra a desintegração da energia no ser humano. Quando se consegue alcançar a suspensão, sujeito e o objeto se identificam plenamente, marcando a destruição do dualismo discutido até agora.

Em seu poema, recomenda Afrodite: “[...] Através da meditação desenvolvemos as intuições,/ As quais devemos sempre seguir.../ Escute seu corpo, sem julgamentos.../ Escute com a mente, com a mente Divina”. Essas foram as palavras que a participante utilizou para expressar o real significado de sua vivência na oficina. Para ela, os processos educativos estéticos possibilitaram uma abertura para a educação integral, pois, como afirma Miranda, “quando uma dualidade é resolvida interiormente, ela não desce mais aos domínios do tempo e do espaço e encontra sua harmonia no plano espiritual” (2007, p. 32).

Práticas como a meditação foram desenvolvidas, no decorrer dos encontros, para que as participantes pudessem estabelecer vínculos abrangentes do ser com o corpo, viver seu corpo de forma conectada multidimensionalmente.

Em vez de buscar o reino divino dentro de si, crescendo em si, o humano o fez no exterior. Ele não sabe esperar o fruto da Árvore das vidas (*príets chayim*) amadurecer em si mesmo e deseja comê-lo verde de uma realidade que não lhe pertence. Kafka, em sua genialidade, dizia que por sua impaciência o humano perdeu o paraíso e agora, por preguiça, não consegue retornar. A força divina que deveria ascender pela Árvore humana, para que cada um de nós desse enfim os frutos da Árvore das vidas – em vez de buscá-los em miragens distantes de nós –, perde-se pelo ferimento que atingiu nossos pés (MIRANDA, 2007, p. 65).

O que Miranda nos mostra é uma humanidade com os pés feridos, atingida em seu início, em sua essência, na fonte de suas energias. O ser humano está fragilizado diante da violência do mundo mecanicista, precisa com urgência reencontrar a força dinâmica e transformadora da vida, rumo à transcendência. Necessita viver o seu corpo, não somente cuidá-lo. Educar-se e educar o outro não é algo fácil, é algo complexo que envolve o todo da existência humana. Dessa forma, é preciso ver o ser humano de maneira integral, harmonicamente relacionado ao universo. Olhar para o ser numa perspectiva integral permite essa abrangência e vivenciar essa experiência é caminhar com o divino.

De acordo com a antropologia essencial utilizada como base do trabalho, percebo uma abertura à transcendência, diretamente relacionada ao sentido da vida cotidiana, discutido em momento anterior. Em vista disso, não posso me limitar a falar do corpo físico e psíquico sem considerar a transcendência, expressamente ligada à dimensão espiritual.

Existe no pensamento mecanicista, capitalista atual certa recusa à possibilidade de o homem/mulher transcender, mas, até mesmo, para o homem/mulher recusar essa possibilidade, precisa pensar sobre ela. Assim, ainda que de forma negativa, está acontecendo no processo uma abertura à transcendência. Martins também aborda essa questão:

Na busca de sentido está uma abertura à transcendência numa superação de limites do *ser no mundo* e do *ser-com-os-outros*, que rompe com a história e oferece sentido à existência, pois lança-se na busca do fundamento último com o *ser primordial* constituinte do ser humano (2009, p. 96).

A experiência de encontro com o divino, com o sagrado, com um ser superior ou forma de energia esbarra no fazer-se compreender. Afinal, o ser utiliza-se das várias linguagens para expressar, de forma compreensível, essa experiência e sua transformação existencial. Muitas vezes, contudo, a linguagem não é capaz de

explicá-las, ou o receptor não está aberto a compreendê-las. Nos versos de Perssefone, essa questão se evidencia quando se refere ao significado da oficina em seu processo de transformação: “[...] É uma experiência inexplicável,/ Simplesmente sem palavras”.

A experiência transcendente rompe com a ordem histórico-temporal pela relação ontológica do ser na participação com o ser transcendente. Isso não pode ser transmitido categoricamente pela linguagem porque ela é limitada pela ordem histórico-temporal. Daí nasce o simbolismo presente nas tradições religiosas, pois ele expressa algo além daquilo que são concretamente e na relação das pessoas com o símbolo é possível a experiência de transcendência (MARTINS, 2009, p. 97).

De acordo com a citação acima, uma experiência transcendente, expressa por símbolos, é uma experiência de sentido, que vai além da realidade conhecida e experienciada somente pelos órgãos sensoriais, porém nunca dissociada do corpo. Esse ir além é próprio do humano insatisfeito com a incessante e desenfreada busca pelo ter, voltando-se a uma evolução do ser. Compreendo que essa experiência possibilita a razão de ser no mundo, permitindo ao homem/mulher que continue sua caminhada pelo misterioso labirinto da existência humana, respeitando suas limitações, fragilidades, assim como a dos outros e do universo. Logo, educar-se para transcender é superar as dificuldades e investir na vida, como roga Héstia, ao finalizar o seu poema: “[...] Que a vela da esperança nunca se apague dentro de nós”.

Diante de tudo isso, menciono, mais uma vez, Chevalier e Gheerbrant (2002). Os autores trazem a vela como símbolo do caminho ascendente, e se for preciso apagá-la de um único sopro, é no intuito de anular e deixar no passado “cicatrices de queimaduras”, pois o desejo e a persistência por um sopro de vida superam tudo aquilo que já foi vivido.

### **3.3.2 Campo energético e vibracional**

Compreendendo o corpo humano como um sistema integrado cujo combustível consiste na energia vital – que possibilita o acesso à consciência e à expressão da alma –, em vez de vê-lo como uma máquina animada apenas por reações bioquímicas, Gerber (2000) trata, em sua teoria, da medicina vibracional. Esta consiste numa maneira de considerar o processo de evolução da saúde e da

doença, levando em conta diversas formas e frequências de energia vibratória que contribuem para formar o sistema de energia humana multidimensional. Nessa teoria, as moléculas bioquímicas que constituem o corpo físico são vistas como uma forma de energia vibratória.

Segundo Gerber (2000), a medicina vibracional corresponde a uma abordagem de diagnóstico e tratamento de doenças que se baseia na ideia de que todos nós somos singulares sistemas de energia. Entende o autor que essa é uma nova visão que, aos poucos, vem ganhando aceitação e cientificidade, com o objetivo de equilibrar ou reequilibrar o fluxo de energia vital dos órgãos, para que se possa manter a harmonia do ser, conduzindo-o ao bem-estar. Nesse cenário, o ambiente de energia total humana abrange, também, a energia emocional, criada pela consciência e por suas atitudes em relação às pessoas e aos acontecimentos da vida.

Boa parte do que se sabe sobre esses sistemas de energia deriva dos conhecimentos sagrados espirituais do Extremo Oriente e da Índia. Como nos apresenta Brennan (2006), a antiga tradição espiritual indiana, de mais de 5.000 anos, menciona uma energia universal denominada *Prana*<sup>21</sup>. Esta é vista como o constituinte básico e a origem de toda vida, sendo uma prática desenvolvida pelos iogues<sup>22</sup>, por meio de técnicas de respiração, meditação e exercícios destinados a manter estados alterados de consciência e a juventude, muito além do espaço normal de vida. Já os chineses, no terceiro milênio a.C, postulavam a existência de uma energia vital a que davam o nome de *Ch'i*<sup>23</sup>.

Toda a matéria, animada ou inanimada, se compõe dessa energia universal e dela se impregna. O Ch'i contém duas forças polares, o yin e o yang. Quando o yin e o yang estão equilibrados, o sistema vivo estadeia saúde física; quando, porém, estão desequilibrados, daí resulta um estado mórbido (BRENNAN, 2006, p. 53).

As polaridades *yin* e *yang*, já mencionadas no trabalho quando tratei do tema relacionado ao feminino, retornam à discussão nesse momento com grande importância. No discurso da história sobre a energia universal, por volta de 500 a.C., essa teoria passa a ser defendida pela literatura ocidental, mais especificamente

---

<sup>21</sup> Denominação utilizada pela antiga tradição espiritual indiana para tratar da energia universal.

<sup>22</sup> Termo que caracteriza os praticantes de yoga, podendo ser entendido como a união com o divino, ou integração do corpo, mente e alma.

<sup>23</sup> Denominação utilizada pelos chineses para tratar da energia vital.



pelos pitagóricos<sup>24</sup>, os quais sustentavam que a luz produzia uma série de efeitos no organismo humano, incluindo a cura de doenças. Durante séculos, essa corrente foi ganhando novos adeptos que chegaram à conclusão de que as emissões de luz e de sons do corpo humano estão intimamente relacionadas com a saúde.

Gerber (2000), ao abordar as teorias da medicina chinesa tradicional, descreve a doença como resultado de um desequilíbrio no fluxo de energia Ch'i para os órgãos do corpo. Com base em tal definição, atividades desenvolvidas no decorrer dos encontros, como meditação, harmonização dos chakras, entre outras, objetivavam que as participantes compreendessem a importância da energia vital em suas vidas. Gaia, em seu poema, expressa o significado da oficina, chamando atenção exatamente para esse aspecto: “[...] Os chakras representam uma parte importante da vida./ Entendemos como eles funcionam e como se manifestam./ Nos trazem uma melhor percepção e entendimento sobre nós próprios”.

Brennan (2006) contribui para esse entendimento, esclarecendo que o campo de energia humana é a manifestação do campo de energia universal (CEU), intimamente envolvida na vida do ser, sendo esta descrita como um corpo luminoso que cerca o corpo físico e o penetra, emite sua radiação própria e é habitualmente denominada “aura”. O que diz Deméter, em seu poema, converge com essa teoria: “Nossos encontros foram divinos/ Consegui transmitir a energia vibrante/ E isso me fez ver uma luz”. A energia do campo áurico das participantes da oficina fluiu, vibrou no grupo, possibilitando que ali se instalasse uma experiência transcendente.

A aura é a parte do CEU associada a objetos. A aura humana, ou Campo de Energia Humana (CEH), é a parte do CEU associada ao corpo humano. Estribados nas suas observações, os pesquisadores criaram modelos teóricos que dividem a aura em diversas camadas. Essas camadas, às vezes chamadas corpos, se interpenetram e cercam umas às outras em camadas sucessivas. Cada corpo se compõe de substâncias mais finas e de “vibrações” mais altas à medida que se afasta do corpo físico (BRENNAN, 2006, p. 67).

Todos os sistemas existentes para definir o campo áurico o dividem em camadas de cor, brilho, forma, densidade, fluidez e função, estando cada uma dessas camadas associadas a um chakra: a primeira camada ao primeiro chakra, a segunda camada ao segundo chakra e assim por diante, até completar sete camadas relativas aos chakras principais (BRENNAN, 2006). Conforme a autora, se

---

<sup>24</sup> Seguidores do profeta, místico, filósofo, astrônomo e matemático grego Pitágoras.

o ser humano conseguir compreender o modo como seus sintomas físicos se relacionam com essas localizações, será mais fácil constatar a natureza de sua saúde, de suas enfermidades. Em razão disso, o estudo da aura e dos chakras constitui uma ponte entre a medicina tradicional e suas questões físicas, psíquicas e espirituais discutidas até então.

Também de acordo com Brennan (2006), o ser humano cresce e se desenvolve na aura, num processo que dura o espaço da encarnação, num movimento orgânico da alma em que suas vibrações são irradiadas para baixo, através dos corpos áuricos mais finos aos mais densos, até chegar ao corpo físico. Descreve a autora que o processo de encarnação é dirigido pelo eu superior e, ao citar Heyoan, seu guia espiritual, ela chama nossa atenção para o seguinte fato: “Já morremos ao esquecer quem somos” (2006, p. 116). As partes esquecidas estão separadas da realidade por um muro, e o ser humano se sujeita à encarnação para recuperá-las. Nesse sentido, teme a morte quando já morreu. Para Brennan (2006), portanto, a morte é estar separado de si mesmo, é esquecer-se de quem se é. Artêemis comunga da mesma opinião ao afirmar, em seu poema: “[...] Conhecer a si mesmo é renascer”. Nessa perspectiva, no instante em que se lembra das partes esquecidas e as reintegra em si, o homem/mulher volta à vida, expande sua percepção e quando, de fato, o corpo físico morre, passa para outro plano de realidade, mantendo a essência do eu além do corpo, além da encarnação. Nessa experiência, sente que é um ponto de luz dourada, porém sem esquecer que é ele mesmo, ou seja, transcende.

À proporção que o ser humano amadurece e os chakras se desenvolvem, cada qual representa os padrões psicológicos que envolvem a vida do indivíduo. Nesse movimento, o homem/mulher quase sempre reage a experiências desagradáveis obstruindo seus sentimentos e detendo grande quantidade do fluxo de energia. Isso influencia, diretamente, o seu equilíbrio multidimensional, pois, quando interrompe ou desacelera o fluxo de energia em seu chakra, o sujeito compromete seu desenvolvimento, o que, provavelmente, resultará em um problema de ordem física.

Ainda dialogando com Brennan (2006), existem várias maneiras de discernir o estado dos chakras. A autora sugere como melhor opção a escolha de um pêndulo, dispositivo que ajuda a aumentar a sensibilidade ao fluxo de energia, na medida em que funciona como um amplificador. Também lembra que, se a pessoa desenvolveu

alguma sensibilidade nas mãos, ou se gosta de tocar e praticar a percepção da energia, obterá no corpo certas respostas de sensações físicas que lhe darão informações sobre o que deseja conhecer. Conforme for desenvolvendo essa percepção sensorial e trabalhando rumo a um grau mais elevado, poderá perceber o estado dos chakras, seu brilho, cor, e finalmente poderá visualizá-los em cada camada do campo áurico.

Héstia vivenciou essa experiência quando utilizou suas mãos para tocar partes do próprio corpo nas quais sentia dor, com o objetivo de equilibrar os chakras e harmonizar-se. Nessa mesma direção, a participante compreende essa possibilidade quando comenta, em seu poema, sobre a importância de: “[...] Deixar a energia do outro penetrar em seu ser”. Héstia parece querer dizer com essas palavras o quanto é importante desenvolver uma sensibilidade que possibilite ao ser sentir a si e ao outro em todas as suas dimensões.

Por fim, para que eu possa melhor compreender a linguagem utilizada pelas participantes em seus poemas, é necessário adentrar o universo simbólico.

### **3.3.3 Linguagem simbólica: *Mythos* e *Logos***

O humano, além de um ser complexo composto por suas dimensões física, psíquica, espiritual, social e cultural, também é um ser simbólico, repleto de emoções, sentimentos, ideias e histórias. Envoltos por essa teia de relações, o homem/mulher percebe a si, ao outro e ao universo. Nesse processo, a linguagem está presente e permeia as atividades humanas, muitas vezes de forma imaginativa, necessitando de representações simbólicas para se fazer entender.

Duarte Júnior, ao tratar da educação e do modo como se dá o ato do conhecimento, considera a capacidade humana de atribuir significações, ou seja, entende que a consciência do homem/mulher decorre de sua dimensão simbólica, ressaltando a fundamentalidade dos símbolos nesse processo: “Por intermédio dos símbolos o homem transcende a simples esfera física e biológica, tomando o mundo e a si próprio como objetos de compreensão” (2008, p. 15).

Sendo assim, a proposta da oficina foi possibilitar experiências estéticas que contribuíssem para o autoconhecimento e o acesso a novos conhecimentos, além de oportunizar às participantes trocas afetivas, num ambiente em que a transcendência pelo sensível e inteligível, aliada ao sagrado, estivesse relacionada

aos processos educativos. A partir daí, o mundo divino e o humano passam a ser um só, numa realidade superior, transcendente, apreendida pela sensibilidade intuitiva, atribuindo à vida sentido e significado.

Como já mencionei, o ocidente ainda tem uma visão mecanicista do ser humano, desconsiderando, muitas vezes, seus componentes míticos. Em seu dia a dia, entretanto, exerce e desenvolve rituais que, efetivamente, relacionam *mythos* e *logos*.

De acordo com Cunha, esses conceitos relacionam o ser humano ao seu mundo:

As palavras, *mythos* e *logos*, significam literalmente a mesma coisa em língua grega, “**fala**”. Mas *mythos* significa fala que narra, que comunica por analogia entre situações narradas a experiência do narrador. Por outro lado, *logos* significa, fala que demonstra, que descreve o que ocorre às coisas em vista de suas próprias essências. O nascimento do *logos* inaugura uma nova era de compreensão do mundo pelo homem. Esse nascimento está estreitamente ligado ao nascimento da filosofia (1992, p. 56, grifo nosso).

Assim como Cunha, Proa [s.d] compreende que o *logos* não decreta a morte do *mythos*; pelo contrário, tenta colocá-lo a seu serviço. Desse modo, a passagem do *mythos* ao *logos* não equivale à passagem do irracional ao racional, ou da ignorância à ciência segura e confiável. O fato é que tanto *mythos* como *logos* referem-se à linguagem, que nos tira da animalidade, determinando que nosso mundo seja sumariamente de palavras, signos. “As palavras se inscrevem no mundo e nessa inscrição o criam” ([s.d], p. 125).

Relacionando tais considerações ao poema de Atena, compreendo o objetivo primordial da linguagem simbólica, que é estabelecer uma conexão entre a experiência de fato vivida e a simbologia, da qual a participante se apropria para expressar o significado de sua vivência. Ao fazer uma análise sobre seu processo de autoconhecimento, Atena escreve: “Eu, um pequeno pássaro/ Cansada, ferida, cinza!/ Lá fora dias cinzentos./ Até a chegada do Flamingo./ Esta juntou o pássaro ferido./ Reuniu com mais sete pássaros”. De forma poética, simbólica, Atena descreve-nos como via a si e ao mundo antes de iniciar seu processo de transformação. Com essa fala, faz uma ponte entre suas percepções singulares e a significação que estas ganham no todo. Segundo Chevalier e Gheerbrant (2002), para o mundo céltico, o pássaro é, em geral, o mensageiro ou auxiliar dos deuses,

desempenhando um papel intermediário entre a terra e o céu. Os autores destacam que o pássaro de cor preta representa a inteligência, porém está, muitas vezes, associado à morte; por sua vez, o pássaro de cor branca simboliza a espiritualidade. Por isso, os autores tratam do casamento do preto e do branco como uma hierogamia<sup>25</sup>, resultando no cinza, que na esfera de cores é o centro, intermediando ambas as cores.

Ainda no que diz respeito às palavras de Atena, destaco a importância da realidade velada por símbolos que demonstram a relevância de uma visão de inteireza que integra o ser humano no todo, possibilitando que estes se identifiquem: “[...] Quantos pássaros presos.../ Presos em dores, em vidas, em tristezas, em padrões”. Ressalto que esse é um processo lento em que o educador, ou mediador da experiência vivenciada, na oficina ou na vida, desempenha um papel importante. Assim, para que houvesse, verdadeiramente, entrega, fazia-se imprescindível que as participantes confiassem em mim, sentindo-se seguras: “[...] Pouco a pouco o Flamingo mostrou a exuberância e derramou sua luz sobre nós./ Tirou as vendas dos pássaros./ Estes perdidos procuravam o que ver./ Até que com eles mesmos se depararam”.

Sem dúvida, trata-se de um processo libertador, porém difícil. Afinal, a constatação de que viveram durante anos sem conhecerem a si mesmas, imersas na dor, coloca-lhes em uma posição desconfortável, que exige coragem e responsabilidade, coragem para tomar decisões e responsabilidade frente a um mundo novo que se apresenta, resultante de uma ampliação da consciência. Olhar para si é um primeiro passo; entender e sentir o que realmente é sua essência, libertando-se do que não é seu, é uma continuidade; e estar aberto ao novo é uma bênção.

Nessa tríade, revela-se a jornada à qual Atena se refere: “[...] Se viram nus e despidos de tudo./ Cores começaram a saltar em cada pássaro./ Oh! Quanta beleza escondida!/ Vi até alguns dando seus primeiros voos./ Algumas até um rasante./ Quanta luz, quanta energia!/ E tudo estava escondido dentro de cada um.

A linguagem simbólica utilizada pela participante vai ao encontro da teoria de Jung, para quem os símbolos se relacionam à necessidade que o ser humano tem de libertar-se de qualquer estado de imaturidade demasiadamente rígido ou

---

<sup>25</sup> Significado simbólico de um casamento sagrado.

categorico. “Estes símbolos dizem respeito à libertação do homem – ou a sua transcendência – de qualquer forma restritiva de vida, no curso de sua progressão para um estágio superior ou mais amadurecido de sua evolução” (JUNG, 2002, p. 149).

Ainda conforme Jung (2002), o sentido de totalidade e integridade é alcançado por meio de uma união do consciente com os conteúdos inconscientes de sua mente, dela resultando o que o autor denomina “função transcendente da psique”, a qual possibilita ao homem/mulher a plena realização das potencialidades do *self*. Os símbolos, portanto, fornecem ao ser humano os meios pelos quais os conteúdos do inconsciente podem penetrar o consciente e são também eles próprios uma expressão ativa desses conteúdos.

Debruçando-me sobre o poema de Atena, reporto-me ao nível de simbolismo mais arcaico que Chevalier e Gheerbrant (2002) mencionam, ao tratarem de Trickster<sup>26</sup>, herói mitológico dos índios winebagos<sup>27</sup> da América do Norte, o qual, inicialmente, representa o período mais primitivo da vida, pois é dominado por seus apetites. Jung (2002) também contribui para a compreensão dessa totalidade, quando, em sua teoria, diz que mais tarde, na mitologia de navajos, o personagem torna-se médico feiticeiro; suas práticas mágicas e seus lampejos intuitivos o transformam num mestre da iniciação, ajudando os homens e as mulheres a passarem de um mundo inferior para um mundo superior. A força de Trickster reside na faculdade que lhe é atribuída de conseguir separar-se do corpo para voar pelo universo, sob a forma de pássaro. Nesse caso, o pássaro é, efetivamente, símbolo da transcendência. Desse modo, para Jung (2002), esse simbolismo não restringe sua representação ao voo das aves, mas inclui qualquer movimento poderoso que signifique libertação.

Na primeira etapa da vida, quando o sujeito está fortemente ligado à família e ao grupo social, precisa aprender a dar sozinho os primeiros passos, para que possa evoluir em seus estágios. Da mesma forma, observo que os “primeiros voos”, ou “rasantes”, como diz Atena, estão relacionados ao fato de que, num período mais avançado da existência, é necessário romper com a insatisfação e descobrir novas

---

<sup>26</sup> Na mitologia, estudo do folclore ou religião, um trickster é um deus, deusa ou espírito antropomórfico que desobedece às regras normais e às normas de comportamento.

<sup>27</sup> Índios norte-americanos.

formas de viver e de dar sentido à vida. Sem dúvida, esse é um processo de descobertas e transformação.

Ao referir-se ao término dos encontros, Atena expressa o significado de seu processo: “[...] Até que chegou o final./ Onde tudo se queimou.../ E de lá, antes pássaros/ Ressurgiram Fênix!”. Compreendo, com base na linguagem simbólica empregada pela participante, que a essência pássaro permanece viva, porém, ao olhar para si e se autoconhecer, esse pássaro ganha significação e poder de ressurreição.

Referimo-nos a aves selvagens como símbolo de independência ou de libertação. Mas hoje poderíamos, do mesmo modo, falar em aviões a jato ou em foguetes espaciais, pois são encarnações físicas do mesmo princípio de transcendência quando nos libertam, ao menos temporariamente, da gravidade (JUNG, 2002, p. 157).

Na mesma perspectiva da citação de Jung, entendo que de um simples pássaro Atena se transforma em um ser capaz de libertar-se, de ressurgir das cinzas, de reinventar-se e de transcender. Minha interpretação é embasada em Chevalier e Gheerbrant (2002), segundo os quais fênix é um pássaro mítico, dotado de extraordinária longevidade, tendo o poder de renascer de suas cinzas, após consumir-se em uma fogueira. Para os árabes, a fênix somente pode pousar na montanha de Qaf<sup>28</sup>, por esta ser o polo, o centro do mundo. Chama-me atenção, nesse sentido, que mais uma vez a simbologia utilizada pela participante leva ao centro das polaridades, ou seja, ao equilíbrio.

Segundo Jung (2002), na vida do ser humano existe um conflito entre liberdade e segurança que o atormenta, podendo o ponto de encontro entre as duas polaridades ser desenvolvido por meio de ritos. Estes permitem aos indivíduos e grupos unir suas forças de oposição, sendo donos de si e alcançando um equilíbrio duradouro em suas vidas.

A jornada trilhada pelas participantes no decorrer da oficina foi permeada por diversos rituais que indicaram um caminho de autoconhecimento, possibilitando a transformação do ser. Nesse exercício, puderam queimar e se libertar das máscaras, ampliando sua consciência, bem como realizar mudanças do micro ao macrocosmo, lembrando que esse movimento implica não só autoconhecimento, mas também

---

<sup>28</sup> Montanha cercada por serras, simbolicamente é a morada do sábio e do visionário.

autoeducação. Esse processo despertou suas potencialidades e responsabilidades na criação de uma nova realidade de vida, o que confirma a necessidade de uma nova concepção de homem/mulher para um renascer da humanidade:

Renascer [é] possível pelo exercício da ampliação da consciência pessoal de todos [...] para a compreensão da responsabilidade de assumir um compromisso com sua própria renovação, criando condições para reconhecermos uns aos outros, como partes da mesma humanidade, transmutando ódio por amor, individualismo por cooperação e parceria, indiferença e desrespeito, por solidariedade, respeito e consideração. Princípios que, voltando a fazer parte de nossa vida cotidiana, nos auxiliarão em nossa evolução na tarefa de juntos reconstruirmos e elevarmos o padrão de vida de todos nós (PORTAL, 2009, p. 14).

Esse processo de transformação e evolução pode ser percebido nos poemas das participantes, em suas percepções singulares e nas socializações. Atena mostra que adquiriu força e poder sobre si mesma, sobre seus instintos e pensamentos, compartilhando o que tem de melhor com todos os seres. Isso também é evidenciado no momento em que expressa o que encontrou dentro de si e quando destaca sua integração ao todo: “[...] Belas por dentro e por fora./ Que se juntaram ao Flamingo,/ Para juntos o mundo iluminar”.

Para melhor apreender os sentimentos e pensamentos presentes no poema, reporto-me, novamente, a Chevalier e Gheerbrant, quando se referem ao flamingo: “Esse grande pássaro rosado é aquele que conhece a luz; ele é o iniciador à luz; surge como um dos símbolos da alma migrante das trevas à luz” (2002, p. 434). Atena, nessa frase final, apresenta-nos dois símbolos singulares do ser que transcende, pois, segundo os autores, tanto o flamingo como a luz (“iluminar”, nesse caso) são representações simbólicas de uma evolução:

Expressões como *luz divina* ou *luz espiritual* deixam transparecer o conteúdo de um simbolismo muito rico no Extremo Oriente. A *luz* é o conhecimento: a dupla acepção existe igualmente na China para o caráter **ming**, que sintetiza as luzes do Sol e da Lua; ele tem, para os budistas chineses, o sentido de *iluminação*; no Islã, **En-Nur**, a Luz, é essencialmente o mesmo que **Em-Ruh**, o Espírito (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2002, p. 568, grifo nosso).

Saliento que o sentido de luz apareceu, de forma considerável, nos poemas das participantes, levando-me a crer que a oficina apresentou um caminho capaz de conduzir além de toda forma, de todo conceito e, até mesmo, além da luz.



Vivenciamos, pois, um verdadeiro processo alquímico da transmutação dos metais em ouro, porém numa operação simbólica, visto que, no trabalho, a alquimia representa a evolução do ser humano de um estado em que predomina a matéria para um estado espiritual. Chevalier e Gheerbrant explicam que a alquimia material e a alquimia espiritual supõem um conhecimento dos princípios tradicionais, baseando-se numa teoria de proporções e relações em que a linguagem e a lógica são de natureza simbólica. Portanto, na expressão dos autores, “transformar em ouro os metais é o equivalente a transformar o homem em puro espírito” (2002, p. 38). Sob essa perspectiva, enfim, é que compreendo o processo vivenciado pelas participantes e por mim mesma no decorrer da oficina.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre as significações emergentes, considero importante destacar que os processos educativos estéticos forneceram subsídios para que as pesquisadas tivessem acesso ao autoconhecimento. O significado da oficina torna-se relevante pelo vínculo criado no decorrer dos encontros, pelo respeito mútuo, pela troca afetiva e, sobretudo, pela interação não somente das pesquisadas com a pesquisadora, mas de seres humanos com incontestáveis capacidades de sentir, pensar e agir no mundo.

Embora tenha optado por desenvolver a pesquisa no campo da educação não formal, penso que essa temática seria capaz de promover o diálogo e a reflexão também em espaços formais, podendo os professores contribuir para a construção de sujeitos críticos e autônomos. Afinal, quando trata de respeito e autoridade na escola, Araújo (1999) destaca o autoconhecimento do educador como instrumento que orienta a tomada de consciência dos próprios sentimentos e emoções, assim como de seu papel no funcionamento psíquico, regulando juízos e ações em prol da construção de personalidades autônomas e capazes de conviver, dialógica e democraticamente, com as diferenças de ideias e valores.

Enfrentamos, nos dias atuais, um conflito na construção da autoridade no cotidiano escolar. Em vista disso, concordo com Araújo (1999) quando diz ser urgente uma transformação da realidade escolar e da forma como se estruturam as relações interpessoais. Segundo o autor, a escola não pode mais se limitar ao papel de transmissora de conteúdos e precisa se tornar mais interessante. Para tanto, propõe uma visão sistêmica do ser humano em que o sujeito é, ao mesmo tempo, um ser biológico, afetivo e sociocultural, possuindo capacidade de estabelecer relações com o mundo externo e interno, implicando numa formação integral do ser humano.

Ao tratar da pesquisa sob uma perspectiva de educação integral, devo mencionar a contribuição que os processos educativos estéticos promoveram na saúde das participantes. O autoconhecimento, a transformação de valores e afetos e a transcendência da realidade cotidiana possibilitaram-nos um equilíbrio biopsicoespiritual que encontra sua manutenção, também, num corpo saudável. Considero importante destacar que 9 encontros de 4 horas cada, totalizando 36 horas, foi um tempo curto para constatar transformações duradouras, porém os

processos educativos estéticos forneceram subsídios para que as pesquisadas pudessem continuar desenvolvendo as atividades realizadas nos encontros como prática cotidiana, compreendendo que o ser transforma-se no decorrer de toda sua vida. Sendo assim, aprender a estimular a tomada de consciência e curar a si e aos outros são tarefas que acontecem dentro da integralidade da natureza humana.

Tal visão se estende a diversas áreas humanas, inclusive a espaços que direcionam suas atividades aos cuidados da beleza do ser, como o centro de estética no qual desenvolvi esta pesquisa. Nesse contexto e sob essa perspectiva, os processos educativos estéticos apoiados na teoria de Leloup (1998) possibilitaram às participantes seu autoconhecimento. Ao vivenciarem essa educação, aprenderam a valorizar mais suas relações no mundo atual por meio de dinâmicas do ser baseadas na expressão de emoções e sentimentos, no cuidado, na busca transformadora da consciência e na transcendência. Todo esse conjunto permitiu-lhes encontrar um equilíbrio biopsicoespiritual por meio da educação estética. Nesse sentido, a experiência de se autoconhecer é fundamental para constituição da identidade dos sujeitos e seu processo formativo.

A busca de um equilíbrio biopsicoespiritual é um processo que envolve o ser humano como um todo, exigindo dele um voltar-se a si mesmo e viver a experiência. Foi isso que fizemos nestes encontros. Ganhamos um novo horizonte, dentro do qual a condição necessária foi estarmos sempre abertas a novas experiências. Foi um processo educativo estético vivenciado por pesquisadas e pesquisadora.

Vivenciei junto a elas uma transformação do eu, movimento pelo qual encontrei também a mim mesma. Transformei minha maneira de ver, sentir e viver as coisas, numa perspectiva de pertença à humanidade e à totalidade cósmica. Esta não foi uma viagem para um lugar qualquer, mas uma viagem na compreensão de nossas próprias capacidades, em que senti a responsabilidade frente a mim mesma e a cada participante, pois pela própria experiência entendi o papel do educador como referência para o educando. Com esse entendimento senti-me dependente da liberdade das participantes, nesse sentido o fato delas estarem conscientes e decididas a embarcarem nesse “trem”, foi fundamental para que todo meu esforço e objetivos fossem alcançados, tornando esta viagem uma autêntica experiência formativa na busca de uma biopsicoespiritualidade.

Nessa alquimia do ser, abordei a educação numa perspectiva integral, razão pela qual não posso dissociar pesquisadas e pesquisadora, igualmente porque a

pesquisa resultou num processo transformador não somente a elas, mas também a mim, agregando sentido à minha evolução como educadora e como ser humano. Ao conectar-me ao grupo, percebi que estava naquele lugar onde tudo acontece, em que as pessoas são guerreiras e, no encontro com o Eu, descobrem o elixir da vida. Esse lugar não está apenas em minha imaginação, sendo realidade. Com a realização desta pesquisa, firmei meus pés na terra e, hoje, sei que não preciso me sentir pertencente a este mundo. Sou este mundo. Nossa caminhada não termina aqui, pois ainda temos força para segurar o escudo e firmeza para lançar a espada!

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, U. F. Respeito e autoridade na escola. In: AQUINO, J. G. (Org.). *Autoridade e autonomia na escola: alternativas teóricas e práticas*. São Paulo: Summus, 1999. p. 31-47.

ARCURI, I. G. *Arteterapia de corpo e alma*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

ARRUDA, A. *Representando a alteridade*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

ASSAGIOLI, R.; SCHREIBER, C. Uma visão mais abrangente do problema homem-mulher. In: NICHOLSON, S. (Org.). *O novo despertar da deusa: o princípio feminino hoje*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993. p.141- 148.

BERNARDO, P. A sabedoria ancestral: raízes místicas da constituição do ser e da construção do saber. In: ORMEZZANO, G. (Org.) *Educar com Arteterapia: propostas e desafios*. Rio de Janeiro: Wak, 2011. p. 21-40.

BERTRAND, Y.; VALOIS, P. *Paradigmas educacionais: escola e sociedades*. Lisboa: Instituto Piaget, 1994.

BÍBLIA. *A Bíblia de Jerusalém*. Nova edição rev. e ampl. São Paulo: Paulus, 2002.

BILBAO, G.; CURY, V. O artista e sua obra: um estudo fenomenológico, *Paidéia*, v. 16, n. 33, p. 91-100, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/paideia/v16n33/12.pdf>>. Acesso em: 20 out. 2011.

BOFF, L. Espiritualidade. In: TRIGUEIRO, A. *Meio ambiente no século XXI: 21 especialistas falam da questão ambiental nas suas áreas do conhecimento*. Campinas, SP: Armazém do Ipê (Autores Associados), 2005. p. 35-44.

BRENNAN, B. A. *Mãos de luz: um guia para a cura através do campo de energia humana*. 15. ed. São Paulo: Pensamento, 2006.

BRUTEAU, B. A deusa desconhecida. In: NICHOLSON, S. (Org.). *O novo despertar da deusa: o princípio feminino hoje*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993. p. 82-93.

CAPRA, F. *O ponto de mutação*. São Paulo: Cultrix, 1998.

\_\_\_\_\_. *O tao da física: um paralelo entre a física moderna e o misticismo oriental*. São Paulo: Cultrix, 2005a.

\_\_\_\_\_. *As conexões ocultas: ciência para uma vida sustentável*. São Paulo: Cultrix, 2005b.

\_\_\_\_\_. *A teia da vida: uma nova compreensão científica dos sistemas vivos*. São Paulo: Cultrix, 2006.

CATÃO, F. *A pedagogia ética*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. *Dicionário de símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números*. 17. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2002.

CREMA, R. *Introdução à visão holística: breve relato de viagem do velho ao novo paradigma*. São Paulo: Sumus, 1989.

\_\_\_\_\_. *Atritos*. Disponível em: <<http://www.institutojatobas.org.br/atritos.htm>>. Acesso em: 4 ago. 2008.

CUNHA, J. A. *Filosofia: iniciação à investigação filosófica*. São Paulo: Atual, 1992.

DAMÁSIO, A. *Em busca de Espinosa: prazer e dor na ciência dos sentimentos*. São Paulo: Companhia da Letras, 2004.

DUARTE JÚNIOR, J. F. *O sentido dos sentidos: a educação do sensível*. Curitiba: Criar, 2001.

\_\_\_\_\_. *Fundamentos estéticos da educação*. 10. ed. Campinas, SP: Papyrus, 2008.

FEDERIZZI, R. Quando a arte chega àqueles que estão à margem de tudo e longe de muitos. In: ORMEZZANO, G. *Educar com Arteterapia: propostas e desafios*. Rio de Janeiro: Wak, 2011. p. 65-86.

FROMM, E. *A arte de amar*. Rio de Janeiro: Itatiaia, 1995.

GALLEFI, D. A. Educação estética como atitude sensível transdisciplinar: o aprender a ser o que se é propriamente. In: ORMEZZANO, G. Educação estética: abordagens e perspectivas. *Em Aberto*, Brasília: Inep/MEC, v. 21, n. 77, p. 97-111, 2007.

GALLINA, F. Processos educativos estéticos no Caps: um estudo de caso. In: Congresso Internacional de Educação, São Leopoldo, ano 7, ago. 2011, *Anais...*, 2011. [CD-Rom].

GELAIN, D. *Yoga com educadores: estabelecendo caminhos rumo ao self e ao samadhi*. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2008.

GENNARI, M. *La educación estética: arte y literatura*. Barcelona: Paidós, 1997.

GERBER, R. *Um guia prático de Medicina Vibracional*. São Paulo: Cultrix, 2000.

GIBBS, G.; VIALI, L. *Análise de dados qualitativos*. Porto Alegre: Artmed, 2009.

GIORGI, A. *Fenomenology and Psychological Research*. Pittsburg: Duquesne University Press, 1985.

HALL, A. *Jung e a interpretação dos sonhos: manual de teoria e prática*. 9. ed. São Paulo: Cultrix, 1993.

HEIDEGGER, M. *Ser e tempo*. 11. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2002. v. 1.

JUNG, C. G. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2002.

KAPLAN, S. Sua profissão: razão e sensibilidade. *Revista les Nouvelles Esthétiques*, Brasil, ano XXI, n. 121, p. 144-146, jun. 2011.

LASTÓRIA, L. A. *Ética, estética e cotidiano*. 2. ed. Piracicaba: Unimep, 1995.

LELOUP, J.-Y. *O corpo e seus símbolos: uma antropologia essencial*. 9. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

\_\_\_\_\_. *Ícone: uma escola do olhar*. São Paulo: Editora UNESP, 2006.

\_\_\_\_\_; BOFF, L. *Terapeutas do deserto: de Filon de Alexandria a Francisco de Assis*. 6. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

LEXICON, H. *Dicionário dos símbolos*. São Paulo: Pensamento; Cultrix, 1992.

LOURO, G. L. *Gênero, sexualidade e educação: uma perspectiva pós-estruturalista*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

MAFFESOLI, M. *A contemplação do mundo*. Porto Alegre: Artes e Ofícios, 1995.

\_\_\_\_\_. *Elogio da razão sensível*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

MARTINS, A. Antropologia integral e holística: cuidar do ser e a busca de sentido. *Bioerhikos*, Centro Universitário São Camilo, p. 87-99, 2009. Disponível em: <<http://www.saocamilo-sp.br/pdf/bioethikos/68/87a99.pdf>>. Acesso em: 8 mar. 2012.

MASINI, E. Enfoque fenomenológico de pesquisa em educação. In: FAZENDA, I. *Metodologia da Pesquisa Educacional*. São Paulo: Cortez, 1989.

MATURANA, H. *Cognição, ciência e vida cotidiana*. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2001.

MCLEAN, A. *Deusa tríplice: em busca do feminino arquetípo*. São Paulo: Cultrix, 1992. Disponível em: <<http://books.google.com.br/books>>. Acesso em: 10 nov. 2011.

MEIRA, M. *Filosofia da criação: reflexões sobre o sentido do sensível*. Porto Alegre: Mediação, 2003.

MIRANDA, E. *Corpo: território do sagrado*. 4. ed. São Paulo: Loyola, 2007.

MONTGOMERY, M. *Mulher: uma radiografia do universo feminino*. 15. ed. São Paulo: Ediouro, 2005.

MERLEAU-PONTY, M. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MOSQUERA, J. *Vida adulta: personalidade e desenvolvimento*. Porto Alegre: Sulina, 1978.

NEUMANN, E. *História da origem da consciência*. 4. ed. São Paulo: Cultrix, 1995.



ORMEZZANO, G. Educação estética: abordagens e perspectivas. *Em Aberto*, Brasília: Inep/MEC, v. 21, n. 77, 2007.

\_\_\_\_\_; *Educação estética, Imaginário e Arteterapia*. Rio de Janeiro: Wak Ed., 2009.

\_\_\_\_\_; TORRES, M. C. *Máscaras e melodias: duas visões em arte e educação*. 2. ed. São Miguel do Oeste, SC: Arco Íris, 2003.

\_\_\_\_\_; GALLINA, F. S. Viver em paz: processos educativos estéticos com mulheres usuárias do Caps. In: Seminário Internacional sobre Filosofia e Educação: Racionalidade, Reconhecimento e Experiência Formativa, Passo Fundo, ano 4, maio 2011, *Anais...*, 2011. [CD-Rom].

PANKOW, G. *O homem e seu espaço vivido*. Campinas: Papirus, 1988.

PELIZZOLI, M. L. *A relação ao outro em Husserl e Levinas*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1994.

PERES, M. F. P. et al. A importância da integração da espiritualidade e da religiosidade no manejo da dor e dos cuidados paliativos. *Revista HCNET*, v. 34, p. 1, 2007. Disponível em: <<http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol34/s1/82.html>>. Acesso em: 28 fev. 2011.

PORTAL, L. L. F. Ser pessoa: uma possibilidade viável?. In: ENRIGONE, D. (Org.). *Professor como aprendiz: saberes docentes*. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2009. p. 13-40.

PROA, S. E. *Em busca da infância do pensamento: ideias na contramão da pedagogia*. São Paulo: Ed. Senac, [s.d].

SCHILLER, F. *A educação estética do homem*. 4. ed. São Paulo: Iluminuras, 2002.

SINGER, J. A tristeza da mulher bem-sucedida. In: NICHOLSON, S. (Org.). *O novo despertar da deusa: o princípio feminino hoje*. Rio de Janeiro: Rocco, 1993. p. 129-140.

SHUBHAMAYA, Alejandro Lupia; FERRAS, André. *Ressonância*. São Paulo: Estúdio Música Bacana, 2002. (1 Cd).

WEIL, P.; LELOUP, J. Y.; CREMA, R. *Normose: a patologia da normalidade*. Campinas, SP: Versus, 2003.

WILBER, K. *Olho do espírito: uma visão integral para um mundo que ficou ligeiramente louco*. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 2001.

\_\_\_\_\_. *Espectro da consciência*. São Paulo: Cultrix, 2007.

WOODS, P. *La escuela por dentro: la etnografía em la investigación educativa*. Barcelona: Paidós, 1987.

ZAUZA, G. V. *Cânticos de amor à vida*. Passo Fundo, RS: Berthier, 1984.

ZILLES, U. *Profetas, apóstolos e evangelistas*. 2. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1992.

## APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada como voluntária a participar da pesquisa: *Processos educativos estéticos com mulheres adultas em busca do equilíbrio biopsicoespiritual* (equilíbrio entre corpo-mente-espírito), de responsabilidade da pesquisadora Franciele Silvestre Gallina.

O motivo que me leva a pesquisar esta temática é buscar compreender as transformações vividas numa oficina de educação estética com mulheres que buscam um equilíbrio entre corpo-mente-espírito. A pesquisa se justifica por reunir um conjunto de técnicas que visam à harmonização psíquica, física e energética, gerando saúde integral pelo estudo de cinco áreas do conhecimento: educação, ética, estética, biopsicologia (estudo que propõe o autocontrole das emoções negativas e seus reflexos na saúde e na vida) e arte.

O objetivo desse projeto aborda: Qual a significação de uma oficina de educação estética baseada na antropologia essencial? Os instrumentos serão as observações registradas no diário de campo da pesquisadora e depoimentos escritos das percepções singulares. Na compreensão das informações será utilizado o método fenomenológico (investigação centrada na compreensão de vivências ligadas às implicações da formação humana) proposto por Giorgi (1985) e Comiotto (apud ORMEZZANO; TORRES, 2003).

A oficina será realizada em nove encontros de 4 horas, totalizando 36 horas, nas terças-feiras à noite, no horário das 19h às 23h.

Se for identificado algum sinal de desconforto físico e/ou psicológico durante sua participação na pesquisa, a pesquisadora compromete-se a orientá-la e encaminhá-la para os profissionais especializados na área.

Ao participar da pesquisa você terá os seguintes benefícios: a) autoconhecer-se; b) possibilidade de buscar o equilíbrio biopsicoespiritual; c) participação em atividades que possibilitam a expressão das emoções e dos sentimentos.

Você será esclarecida sobre a pesquisa em qualquer aspecto que desejar, estando livre para recusar-se a participar, retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não irá acarretar qualquer penalidade. Caso tenha alguma despesa relacionada à pesquisa, você terá o direito de ser ressarcida. Você não receberá pagamento pela sua participação no estudo.

A pesquisadora irá tratar a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Os resultados da pesquisa serão enviados para você e permanecerão confidenciais. Seu nome ou o material que indique a sua participação não serão liberados sem a sua permissão. Você não será identificada em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo.

Caso tenha dúvidas sobre o comportamento da pesquisadora ou sobre mudanças ocorridas na pesquisa que não constam no TCLE e caso se considere prejudicada na sua dignidade e autonomia, você poderá entrar em contato com a pesquisadora Franciele Sivestre Gallina pelo telefone (54) 9957 0972, ou com o Mestrado em Educação – Faculdade de Educação da Universidade de Passo Fundo, podendo, também, consultar o Comitê de Ética em Pesquisa da UPF, pelo telefone (54) 3316 8370.

Dessa forma, se você concorda em participar da pesquisa, segundo as explicações e orientações acima, coloque seu nome no local indicado abaixo.

Desde já agradeço sua colaboração e solicito sua assinatura de autorização neste termo, que também será assinado pela pesquisadora responsável em duas vias, uma das quais ficará com você e a outra, com a pesquisadora.

Passo Fundo, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2011.

---

Nome Assinatura do Participante

---

Nome Assinatura da Pesquisadora

---

Nome Assinatura da Testemunha

**ANEXO A – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA (CEP)**

**UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO  
VICE-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA**

**PARECER N. 551/2011**

O Comitê de Ética em Pesquisa – UPF, em reunião no dia 30/11/11, analisou o protocolo de pesquisa “**Processos educativos estéticos com mulheres adultas em busca do equilíbrio biopsicoespiritual**”, CAAE 0282.0.398.000-11, de responsabilidade do (a) pesquisador (a) **Franciele Silvestre Gallina**.

O estudo procura compreender as transformações vividas numa oficina de educação estética desenvolvida com um grupo de mulheres que buscam um autoconhecimento que as auxilie na tomada de decisões. Este estudo encontra-se vinculado à Faculdade de Educação, Mestrado em Educação.

Objetivos: Investigar a significação de uma oficina de educação estética baseada na antropologia essencial de Jean-Yves Leloup.

Trata-se de uma pesquisa descritiva, qualitativa, com um grupo de oito mulheres, residentes na cidade de Passo Fundo, com idade entre 29 e 55 anos. Serão 9 encontros com 4 horas de duração, cada. Os instrumentos serão as observações registradas no diário de campo da pesquisadora e depoimentos escritos das percepções singulares e na compreensão das informações será utilizado o método fenomenológico proposto por Giorgi e Comiotto.

Os benefícios aos sujeitos da pesquisa são a harmonização psíquica, física e energética, gerando saúde integral aos sujeitos.

Os direitos fundamentais dos participantes foram garantidos no projeto e no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O protocolo foi instruído e apresentado de maneira completa e adequada. Os compromissos do (a) pesquisador (a) e das instituições envolvidas estavam presentes. O projeto foi considerado claro em seus aspectos científicos, metodológicos e éticos.

Diante do exposto, este Comitê, de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS 196/96, manifesta-se pela aprovação do projeto de pesquisa na forma como foi proposto.

O (a) pesquisador (a) deverá apresentar relatório a este CEP no final do estudo.

**Situação: PROTOCOLO APROVADO**

Passo Fundo, 30 de novembro de 2011.

Nadir Antonio Pichler

Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa.

## CIP – Catalogação na Publicação

- 
- G169a Gallina, Franciele Silvestre  
Alquimia do ser : processos educativos estéticos em busca do equilíbrio biopsicoespiritual / Franciele Silvestre Gallina. – 2012.  
140 f. ; 30 cm.
- Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade de Passo Fundo, 2012.  
Orientação: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Graciela René Ormezzano.
1. Estética - Educação. 2. Arte - Filosofia. 3. Subjetividade. 4. Cognição e cultura. I. Ormezzano, Graciela René, orientadora. II. Título.
- CDU: 37:7.01

---

Catalogação: Bibliotecária Jucelei Rodrigues Domingues - CRB 10/1569